

૭૪૩૪

વૈદ્યકલ્પતર.

વૈદ્યક સંબંધી ઉપયોગી વિષયો ચરચનાર
માસિક પત્ર.

A MONTHLY MEDICAL ADVISER.

પુસ્તક ૪ થું. જાનેવારી-સને ૧૮૯૮. અંક ૧ લો.

તંત્રી

વૈદ્ય જટાશંકર લીલાધર ત્રિવેદી

ગૂજરાત આયુર્ આપખશાળા

અમદાવાદ.

વિષયાનુક્રમ

વિષય	પૃષ્ઠ	વિષય	પૃષ્ઠ.
ખુલાસો.....	૧	સ્ત્રીરોગચિકિત્સા.....	૧૧
શરદ્દ તથા હેમંત ઋતુઓ કે ચાલુચર્યા..			૧૫
પનરૂપતિ વર્ણન.....	૯	સુશ્રુત સંહિતા.....	૧૦૫

અમદાવાદ—'પ્રેક્ષા' પ્રીન્ટીંગ પ્રેસ.

વાર્ષિક મૂલ્ય.

પોસ્ટેજ સાથે રૂ. ૧૧ અગાઉથી. પાછળથી રૂ. ૧૧૧

(સર્વ હક રવાણિન)

ગ્રાહકોને સૂચના.

—

૧. આ “વેદિકકલ્પતરુ” ચોપાનિયુ’ ત્રણ વર્ષ સુધી નિયમિત દર માસ પ્રગટ થતા પછી વચ્ચે થોડા માસ કેટલાંક કારણો અને વિદ્યોતોને કારણે બંધ રહ્યું. ચોથા વર્ષનો પ્રથમ અંક જાનોવારી અને ૧/૯૮ થી શરૂ થયો છે. બંધ રહ્યું તે જરૂરમયાન ધણી ગૃહસ્થોએ આ ઉપયોગી ચોપાનિયુ’ હમેશને માટે બંધ થયું ભારીને બંધ નહિ કરવા બાબતના પત્રો અમારા પર મોકલેલા છે, આ પત્રો બધા ચોપાનિયાના ઉપયોગીપણાનો પુરાવો આપે છે, અને વિવેકી વાંચનાશ્રીઓની પણ આ ચોપાનિયામાં લખાતા ઉપયોગી લેખો થી ખાતરી થયેલી છે; જેથી આજના સમયમાં આવે છે કે, તેઓ જેવું ઉત્તેજન આજ સુધી આપતા આવેલા છે તેવું બધું ઉત્તેજન આપી આ ચોપાનિયુ’ પોતાના કુટુંબમાં વ્યાપવું જારી રાખશે.

૨. ખુશીની વાત છે કે અમરા ધણી ખરા વિવેકી અને આ બહાર વાંચનાશ્રીઓ તરફથી આગલા ત્રણ વર્ષનાં તકાજમ નમોને પહોંચતા થયાં છે, અને જે ગૃહસ્થો નથી પહોંચ્યાં શક્યા તેઓ ચંડેલ લગાજમ પહોંચ્યાં હશે, એવા અમાને ખડમે છે.

૩. આ ચોથા વર્ષમાં ગ્રાહકોને “અભિચય” નામનું ઉપયોગી પુસ્તક ભેટ આપવાનું છે; તે પુસ્તક અરધું લખાયું છે અને થોડા જ દિવસમાં છપાઈ, બંધાઈને સંપૂર્ણ તૈયાર થશે. ગ્રાહકોએ ચાકતા વાનું લગાજમ (રૂ.૧૧) તથા પુસ્તકનું પોસ્ટેજ અરધો આનો મોકલી ભેટનું પુસ્તક મંગાવી લેવું.

૪. પાછલી ત્રણ સાલનાં પુસ્તકો અરધી કીમતે એટલે દશ આને આપવામાં આવશે, મટે જોઈએ તેમજ મંગાવી લેવાં.

વૈધકલ્પતર.

પુસ્તક ૪ થું. કાર્તિક. સંવત ૧૯૫૪. અંક ૧ લો.

ખુલાસો.

Explanation.

પત્ર પ્રગટ થવામાં થયેલ વિલંબ માટે અમારાં
સુત્ર ગ્રાહકોની ક્ષમા માટે પ્રાર્થના.

“માણસ ધારે છે; અમલ મશ્વરાધીન છે.”

Man proposes; God disposes.

ઉપર ટાંકેલા અંગ્રેજી વાક્ય પ્રમાણે આ પત્રને નિયમિત પ્રગટ કરવાની મારી ધારણામાં ફેટલાક પ્રસંગો વિઘ્નકારક થયા છે. મારા વિવેકી વાંચનારા બહુએને આપેલ વચ્ચે પાળવાને હું શક્તિવાન થયો નથી, અને આ વર્ષે આ પત્ર નિયમિત થવાને બદલે ઉલટું વિશેષ અનિયમિત થયું છે, તેને માટે મારા સુત્ર વાચકોની હું ક્ષમા આહું છું. પાછલાં ત્રણ વર્ષોમાં આ ચોપાનિયાના અંકો દર માસ પ્રગટ થઈ વહેલા મોડા પણ નિયમિત રવાના થયા હતા; પણ આ વર્ષની શરૂવાતમાં જ કામના ફેટલાક એવા પ્રસંગો આવી પડ્યા કે હું આ પત્ર લખવામાં દિલ આપી શક્યો નહિ અને આ પત્ર પ્રગટ થવામાં વિલંબ થવાનું કારણ પણ એજ છે, જેને માટે વિવેકી વાંચનારાઓ તરફથી મને માફી મળશે એવી હું આશા રાખું છું. માણસ અભિલાષીઓ બાંધે છે પણ અશુધાર્થી સંતેગો વચમાં આવી તે અભિલાષીઓને તોડી પાડે છે. ભારત વર્ષનું ભાગ્ય દુર્બલ જોવામાં આવે છે. ભરતખંડના વાસીઓ ઉત્તરિને અર્થે પ્રયત્નો કરી રહ્યા છે અને દેશનલ કોન્ગ્રેસ જેવા મહાન મેલાવડાઓના પ્રયાસથી દેશના ઉત્થતી આશાઓ બાંધવામાં આવી છે; પણ

ધાર્યું ધણીનું થાય છે. દેશનું નશીબ નયનું છે અને તેથી ઉદયનાં કીરણો માં આડાં અનેક વાદળાં આવી પડે છે. દુષ્કાળ, મરક અને આગ તથા ધરતીકંપ જેવી ખીચ અણધારી આફતો આવી પડવાથી આ વર્ષે આપણી સ્થિતિ ઉત્તરી કઠંગી થઈ પડી છે; ખીચ તરફથી એક દિશામાં અકસ્માત ઉખળી પડેલા રાજદ્વારી પ્રકરણે આપણી રાજ્યદારી ઉન્નતિની અભિલાષાઓમાં આપણને નિરસાદી બનાવ્યા છે અને આપણી શાણી સરકારની દૃષ્ટિમાં આપણે એકવારનો રાજ્ય દોહીમાં ખપેલ છીએ. આ બધાં દુઃખદ વાદળાંઓ આ દેશપર એકદમ આવી પડશે એવું આપણે સ્વપ્નમાં પણ ધાર્યું નહોતું. પણ તેથી નિરસાદ અને નિરાશ થવાનું કાંઈ કારણ નથી. દુઃખથી આપણી કસોટી થાય છે. એવી અનેક કસોટીઓ પર ચડવાથી પરિણામે સાચી હિમ્મત અને સત્ય ઉભું રહે છે. માટે હિમ્મત રાખીને સન્માર્ગે ઉદ્યમ કરવો.

આ પત્ર ગુજરાતી પ્રજાની શારીરિક ઉન્નતિનું એક સરસ સાધન છે અને એવાં ખીચનું સાધનોના અભાવે તે સર્વોત્તમ સાધન છે એમ હું પોતે કહું તો અવિવેક થાય. પણ આ પત્ર માટે વિદ્વાનો અંતે વાંચનારી પ્રજાનો એવોજ અભિપ્રાય પડેલો છે, એવું આ કેકાણે જાણાવવાની હું રજા લઉં છું. આવા એક પ્રત્યેયોગી પત્રની લાંબી લયાતી અને ઉન્નતિ દૃષ્ટિથી એ દરેક દેશીનો ધર્મ છે. આ પત્ર પોતાની ફરજ, તેને મળતા ઉત્તેજનના પ્રમાણથી પણ અધિક, બળવવાને ચૂકત નથી, અને, કેટલાક સંજોગો વચ્ચે તેમાં ખાંચા આવી ગયો, તોપણ, મને પૂર્ણ વિશ્વાસ છે કે બવિખ્યમાં પણ પોતાની ફરજ બજાવવાને ચૂકશે નહિ.

આ પત્રનું ચોથું વર્ષ ગયા એપ્રિલથી ગણવાનું હતું પણ કેટલાક અકેા ચડી જવાથી હવે તે પાછું આપણા વિક્રમ સંવત ૧૯૫૪ની શરૂઆતથી શરૂ થતાં તેનું ચોથું વર્ષ કારતકથીજ ગણવામાં આવશે અને તેના કદ અથવા કિંમતમાં કશો ઘટાડો વધારો નહિ કરતાં ગયા વર્ષ પ્રમાણેજ ચાલું રહેશે.

ગયા વર્ષની આખરે અમેએ વચન આપ્યા પ્રમાણે આ ચોથા વર્ષમાં આદકોને પ્રત્યક્ષ એ નામનું જે પુસ્તક ભેટ આપવાનું છે, તે છપાય છે, અને હવે થોડાજ વખતમાં તે બહાર પડશે.

શરદ્ તથા હેમંત ઋતુઓ.

The Seasons of Sharad and Hemant



ઋતુઓના મહિમા વિષે આપણે પાછલાં ત્રણ વર્ષમાં કેટલુંક વિવેચન આપી ગયા છીએ. આમ વારંવાર થતા વિવેચનથી રૂતુ સંબંધી અમે કરેલી સૂચનાઓ હવે અમારા મુજ વાચકાના લક્ષમાં આવી ગયેલી હશે. તથાપિ શરીર સંરક્ષણના અંબરૂપ આ રૂતુના નિયમોનું સ્મરણ આપણા મનમાં નિરંતર તાજું ને તાજું રહેવાની જરૂર છે અને તેથી આ પત્રના દરેક અંકમાં ચાલેલી રૂતુ સંબંધી થોડી ઘણી મુચના આપવાનો આપણે પ્રથમથીજ રાખેલા નિયમ બંધ નહીં પડેવા બેઠ્યો. આપણા આ નિયમનો ઉદ્દેશ પાર પડેવા બેઠ્યો, અને અમારા વિવેકી વાંચનારાઓના મુખાગ્રે થઈ જવું બેઠ્યો કે, શિશિર રૂતુ(પોષ તથા મહા)માં કફનો સંચય થાય છે અને વર્ષામાં તેનો પ્રક્રોપ થાય છે; ગ્રીષ્મ(વૈશાક જેટ)માં વાયુનો સંચય થાય છે અને પ્રાવૃટમાં તેનો પ્રક્રોપ થાય છે; આંધ્ર સંચય અને પ્રક્રોપ શા કારણથી થાય છે તે અમે અગાઉ ઘણી વેખાન સમજાવેલું છે. દોષોનો સંચય અને પ્રક્રોપ થયા કરેલા એ ઋતુઓમાં સ્વાભાવિક રીતે થતાં ફેરફારનો મહિમા છે, તથાપિ સંધીઓમાં થતી શારીરિક રિથિતિ અને તેને નિયમમાં રાખવાના આધાર વિદ્યારના નિયમને અનુસરી વર્તનારા વિવેકીઓને એ ઋતુના ફેરફારો જાણે જ થોડા પ્રમાણમાં બાધ કરી શકે છે. શરદમાં કફનો સંચય, ગ્રીષ્મમાં વાયુનો સંચય અને વર્ષામાં પિત્તનો સંચય થાય એ સ્વાભાવિક છે, તો પણ આવા સંચયના કારણોને સમજવાવાળો વિજ્ઞાન રંગ રૂતુ અંત પોતાની પ્રકૃતિના પ્રભાવને અનુસરી વર્તે તો એ સંચય બાધ કરે એવા પ્રમાણમાં થતા નથી, અને એવા રૂતુ દોષોનો શરીરમાં સંચય થયાપછી પણ તે દોષના પ્રક્રોપના સમયનાં સમજીને આધાર વિદ્યારનો નિયમ રાખે તો પ્રક્રોપની પીડામાંથી મુક્ત રહી શકે છે. એવી જ રીતે વસંતમાં કફનો પ્રક્રોપ થાય છે, પ્રાવૃટમાં વાયુનો પ્રક્રોપ થાય છે અને શરદમાં પિત્તનો પ્રક્રોપ થાય છે; એ પ્રક્રોપ થોડી ઘણી સૌના શરીરપર અસર કરે છે, પણ વિ-

શેષ કરીને લે તે પ્રકૃતિવાળાને વિશેષ બાધકારક થઇ પડે છે. આવા પ્રકોપથી બચવાના પણુ વિવેકી વિદ્વાનોએ આપણને રસતાઓ બતાવેલા છે. રતુ પ્રમાણે કુદરતની પાતાનીજ પ્રેરણાથી આપણે કેટલાક નિયમો તો પાળીએ છીએ. શિયાળામાં ટાઢને લીધે ગરમ કપડાં પહેરીએ છીએ અને જઠરાગ્નિ બળવાન થવાથી સારો પુષ્ટીકારક ખોરાક ખાઈએ છીએ; ઉનાળામાં ગરમીને લીધે ઝીણું વસ્ત્ર પહેરીએ છીએ અને ગરમીની શાંતિ માટે મધુર રસોતું સેવન કરીએ છીએ. આવા કેટલાક નિયમો તો અનાયાસે સ્વાભાવિક પ્રેરણાથી પળાય છે. ઉપર ઉપરથી તરનારા ધણા એક બાધઓ એવો પ્રશ્ન કરશે કે અમને તો તમારી રતુઓના પ્રકોપ કાંઈ બાધ કરતો નથી. આ શંકાના સમાધાનમાં અત્રે દુઃશમાં એટલુંજ કહેવું યોગ્ય છેકે નિયમિત રહેવાવાળા અને શરીરને શ્રમ (કસરત) આપવાવાળા તન્દુરસ્ત માણસોના મોટા ભાગને રતુઓના ફેરફારો બહુધા બાધ કરતા હોય એવું આપણે પ્રત્યક્ષ જોઈ શકતા નથી; તોપણ આપણે ભૂલવું નહી જોઈએ કે અમુક દોષનો શરીરમાં થએલો સંચય તુરત નહીતો પાછળથી ભવિષ્યમાં કોઈ વખત એવા યોગ સાંધી પ્રકોપ પામે છે કે આપણે વિસ્મય પામી જઈએ છીએ કે આવા દેખીતા તન્દુરસ્ત માણસના શરીરમાં આવા રોગ એકદમ ક્યાંથી ઉભરાઈ આવ્યો. વૈદ્ય વિદ્યાની સુક્ષ્મતાને નહી સમજનારા અને દરેક વાતમાં ઉપર ઉપરથી જોનારાઓને આવી વાતોમાં વિસ્મય થાય એ સ્વાભાવિક છે. પણુ હું પુછું છું કે તમારીજ નજર આગળ એવા સેંકડો માણસોને તમે નથી જોતા કે જેઓ તમારી દૃષ્ટિમાં પૂર્ણ તન્દુરસ્ત જણાતા હતા એકદમ વ્યાધિ અસ્ત બની અલ્પ કાળમાંજ મૃત્યુને સ્વાધીન થાય છે?

આમ શા માટે બને છે? શું કાંઈ જાદુઈ અમત્કારથી આમ બને છે કે શું ઈશ્વરનો કોપ આવા રોગનુ કારણ થાય છે? અમે અમારા વિવેકી વાંચનારાઓને અમારા આગલ લેખોમાં ઘણી વખત જણાવેલું છે કે કુદરતી નિયમોને આધીન આ આપણા શરીરને બાધ કરનાર એજ નિયમોના ઉલ્લંઘનથી ઉત્પન્ન થએલ વ્યાધિ શિવાય બીજો કોઈ જાદુગર આ જગતમાં છેજ નહી અને ભૂલવગર ઈશ્વર કોઈને શિક્ષા કરે એવાં અન્યાયી નથી. ભૂલને વાસ્તે પણુ અમે કહેલું છે કે જે જાતની ભૂલ થાય તેજ જાતની શિક્ષા થાય. કાન્યુ ખાવાથી કે પાચન થયા પહેલાં ફરી જમ-

વાથી અજીર્ણ થાય છે અને અજીર્ણના વ્યાધીમાંથી તાવ કે અતિસારનો રોગ થાય; અને એજ બનવા ભોગ છે. એવી ભુલવાળાને બીજી શિક્ષા હોયજ નહી. ચોરી કરે તેને સરકાર કેદની કે દંડની શિક્ષા કરે અને કદી સરકારના અપુર્ણ કાયદા કે બદોબસ્તમાંથી તે છુટી જાય તો પણ લોકોની દૃષ્ટીએ તે ચોરજ ઠરે છે, અને જગતમાં અવિશ્વાસનુ પાત્ર બનતાં નામોશી અને શીટકાર એ તેને માટે યોગ્ય શિક્ષા છે. ચોરી કરનારને ચોરી કરવાના વાંક બદલ કદિ ખાંસીનો કે પેટનો કે પેસાળનો રોગ થયો તમે જાણ્યો છે ? નહીજ. વળી શરીરના જે અવયવનો અયોગ્ય ઉપયોગ થાય છે, તેજ અવયવ કે ઇન્દ્રિય શિક્ષા (રોગ)ને પાત્ર થાય છે. આંખનો શક્તિ ઉપરાંત ઉપયોગ કરો તો તેજ આંખ નબળી થાય છે, નસુંધવા જેવા પદાર્થોનો નાક સ્પર્શ કરેતો નાકની ઇન્દ્રિયને હાની પહોંચી જાય છે, શક્તિ ઉપરાંત મગજ મારી કરવાથી મગજ થાકી જાય છે અને વિચાર શક્તિ ઓછી થાય છે, અને એવીજ રીતે શરીરની બીજી ઇન્દ્રિયોનો મિથ્યા ઉપયોગ કરવાથી પ્રથમ તો તે તે ઇન્દ્રિયોજ શિક્ષાને પાત્ર થાય છે. આ બધું બોલવાનો તાત્પર્ય એટલોજ છે કે પેલા અકસ્માત વ્યાધિ ગ્રસ્ત થએલા માણસનો વ્યાધિ ઇશ્વરના કોપથી નહિ પણ તેના પોતાનાજ અજ્ઞાનથી અને તે અજ્ઞાનને લીધે આહાર વિહારના સંસંધમાં થયેલ અયોગ્ય અથવા મિથ્યા વર્તનથી આવી લાગેલો સમજવો. આ અદભુત શરીરમાં નાના પ્રકારના દોષોને નિવાસ કરવાનાં અનેક સ્થળ છે. તે સ્થળો એવા દોષોને જગા આપે છે અને આપણે ન સમજી શકીએ એવી રીતે તેવા દોષોનું રક્ષણ કરે છે પણ તેવા દોષોનું પ્રમાણ વધી જાય છે ત્યારે અથવા એવા છુપાઈ રહેલા ચોરોને બહાર નીકળવાનું અદ્ય પ્રમાણમાં પણ ઉતેજન મળે છે ત્યારે તે દોષ અથવા દોષો અથવા છુપાઈ રહેલા તસ્કરો તે માણસે પોતે અથવા બીજાઓએ સ્વપ્નમાં પણ નહિ ધારેલ સમયપર અકસ્માત બહાર આવે છે. માટે આવા તસ્કરોને આપણા શરીરમાં આવતા અટકાવવા એજ આપણાં આ પ્રયત્નનો અને આ લેખનો ઉદ્દેશ છે. ત્યારે હવે આપણે ગઈ ઋતુ કે જેની અસર હજી તદ્દન નાબુદ થઈ નથી તે તથા આ ચાલતી શરદ ઋતુનોજ વિચાર કરી જોઈએ.

એકથી વધારે વખત કહેવાઈ ગયું છે કે, સઘળી ઋતુઓમાં શરદઋતુ

વધારે રોગી છે; એટલે શરદ ઋતુમાં તાવ વગેરે વ્યધિ વિશેષ પ્રમાણમાં પ્રચાર પામતા હોય એમ જણાય છે. પિત્ત એજ તાવના પ્રકોપનો હેતુ છે અને તે પિત્ત આ શરદ ઋતુમાં વિશેષ પ્રકોપને પામે છે. વર્ષા ઋતુમાં આપણા શરીરમાં વાયુની ઉચ્ચ પાંચલ થાય છે અને તે વાયુને શાંત કરવાને માટે ઉષ્ણોપચાર એટલે ઉષ્ણ અન્ન પાન તથા ઔષધ લેવાની આપણને જરૂર પડે છે, એટલુંજ નહિ પણ વૈદ્યકશાસ્ત્રકારો પણ વર્ષા ઋતુમાં તીક્ષ્ણ એટલે ખાટા, ખારા તથા તીખા પદાર્થોનું સેવન કરવાની ભલામણ કરે છે. પણ તેમ કરવાનું બીજી તરફથી પરિણામ એ આવે છે, કે આપણી આસપાસનાં વાદળો તથા ભેજવાળી હવાને લીધે શરીરની ઉષ્ણતા શરીરમાંજ રહી જાય છે અને તેથી પિત્તનો શરીરમાં જમાવ વિશેષ થાય છે. આ પિત્તના સંચયનો ઉપચાર કરવાનો સમય આવતા આવતામાં તે વર્ષા ઋતુ વ્યતીત થાય છે અને શરદ ઋતુની સવારી આવી પહોંચે છે. વર્ષા ઋતુ બંધ પડતાં આકાશ એકદમ ખુલ્લું થાય છે અને સખ્ત તાપ પડવા માંડે છે; તેથી અનાવ એવો બને છે કે આગળ જણાવ્યા પ્રમાણે માણસોના શરીરમાં પિત્તનો સંચય થયેલો હોય છે અને બહારથી બહારની ઉષ્ણતા શરીરને તપાવે છે, તેથી પિત્તનો એકદમ કોપ થાય છે. અલ્પધા પિત્ત પ્રકૃતિવાળાં મનુષ્યો આ ઋતુમાં જ્વર વગેરે પિત્તજન્ય ઉપદ્રવોનાં ભોગ થઈ પડે છે. આ દેશનાં મનુષ્યોનો મોટો ભાગ પિત્ત પ્રકૃતિવાળો જોવામાં આવે છે અને તેમ હોવાનાં ઘણા કારણોનો દૈવેચ્છાથી યોગ થયો જણાય છે. આપણો દેશ અને વિશેષે કરીને હિંદુસ્તાનનો આ ભાગ સમગ્રીરોષણ કટિબંધમાં પણ ઉષ્ણ કટિબંધનાં પ્રદેશને લગતો આવેલો છે. તેથી આપણી પ્રકૃતિ ગરમ—તપેલી રહે છે; આપણું લુખાં અને ગરમ ખાન પાનથી તેમાં વૃદ્ધિ થયેલી છે. સ્નિગ્ધ અને મધુર પદાર્થોથી પિનની શાંતિ થાય છે, પણ દેશની દરિદ્રતાએ તેના ઉત્તમ પદાર્થોથી આપણને એનસીય બતાવ્યા છે, અને આપણાં દુર્ભાગ્યે આપણી રૂચિ પણ એવા સાત્ત્વિક પદાર્થો ઉપરથી ઉતરી પડીને તામસી પદાર્થોપર ઢલતી ચાલી છે અને દેશમાં મરચાં, આંબલી, ગરમ મશાલા અને ચટણી ચુરણની મોજ વધતી જતી જોવામાં આવે છે. આપણા લોકોનાં પિત્તને ઉકાળી નાખનાર આ એક બીજું કારણ છે; વિષયાસક્તપણું એ પિત્તના કોપનું ત્રીજું કારણ છે. ગરમ દેશના લોકોએ બ્રહ્મચર્યના નિયમો વધારે સખ્તાઈથી પાળવા જોઈએ, તેને

મદ્દલે આપણે બ્રહ્મચર્યના નિયમોનો કેવળ ભંગ કરતા જન્યો છીએ, અને તેથીજ આપણા લોકોને જ્નેષ્ઠો તે કરતાં વધારે વિયયાસકત ગણી હું પિત્તના કોષનાં કારણોમાં એક વિશેષ કારણનો ઉમેરો કરવાની રજા લઉં છું.

મધપાન, ભાંગ, ગાંજો, તાડી, તંબાકું વગેરે વ્યસનોએ જ્યેષ્ઠ ઘેર ઘાસ કરેલો છે અને એ બધાં વ્યસનો પિત્તનેજ ઉત્પન્ન કરવાવાળાં છે. આ ચાર કારણો આપણા લોકોને સામાન્ય થઇ પડેલાં છે. એમ જ્નેષ્ઠો આપણે બધા પિત્ત પ્રકૃતિવાળા છીએ. આપણો મોટો ભાગ પિત્ત પ્રકૃતિવાળો છે તેની પ્રતીતિ આપણા લોકોના સ્વભાવમાંથીજ સહજ થઈ આવે છે. આપણા લોકોમાં ધૈર્ય નથી, ધીરતા નથી, સહનશીલતા નથી, હિમ્મત નથી, શાન્તપણું નથી; પિત્તના ઉછાળાની પેઠે વગર વિચાર્યું સાહસ કરી જન્યો છીએ અને દરેક કાર્યમાં ધાંધલ મચાવી પિત્તને ગરમ કરી નાખીએ છીએ. માણસો વાત કરતાં કરતાં તપી ઉડે છે, એ પિત્તનોજ પ્રભાવ છે; બૈરાંઓ બોલતાં બોલતાં વઢી પડે છે અને સંબંધીઓમાં નજીવાં કારણોથી કન્દેશરૂપી દાવાનલ સહજી ઉઠતાં વાર લાગતી નથી, એ પણ પિત્તનોજ મહિમા છે.

આ પ્રમાણે આપણાં કૃત્યોમાં, વિચારોમાં, અને વાતોમાં પિત્તનુંજ પ્રબળ રાજ્ય ચાલી રહ્યું છે, તેમાં શરદ્ઋતુના પિત્તનો પ્રકોપ મળીને શું ન કરે? પિત્તના “કોષમાં” શરદ્ઋતુના પિત્તનો “પ્રકોપ” મળે તો શું ગણાં રહે? પિત્તના આ પ્રકોપે આપણાં મનને તો ઉકેલાવી માર્યું છે, પણ શરદ્ઋતુના પિત્તનો આ કોષ માણસોના શારીરિક તાપ (તાવ) ને વધારી દે છે; અને તેનો પુરાવો પ્રત્યક્ષ છે. બાદરવાથી તાવની મોસમ મંડાય છે. (જેમ દરેક પાકની મોસમ હોય છે. જેમ કે ચોકસ સ્થળોમાં જૈન વૈશાક રૂની મોસમ થઈ પડે છે તેમ બાદરવાથી તાવની મોસમ શરૂ થાય છે) અને કાર્તિક માસમાં તે મોસમનો પરિપાક આવે છે તથા તેની થોડી થોડી અસરનો છેક ઉત્તરાયન સુધી ચાલતી રહે છે; અર્થાત્ એક શરદ્ ઋતુનો દોષ તેનાં પછી આવનારી હેમંત તથા શિશિર રૂતુને પણ સુખશાંતિમાં પસાર થવા દેતી નથી. આવી ભારે હાનિ કરવાવાળી શરદ્ ઋતુના પ્રતાપનું અને તેના દોષ નિવારણને માટે કરવા યોગ્ય પ્રતિકારો (ઉપાયો) નું જ્ઞાન પ્રજ્ઞમાં પ્રસાર પામવાની જરૂર છે.

શરદ રતુના પિત્તની શાંતિ માટે વૈદ્યશાસ્ત્રે જે ઉપાયો બતાવેલા છે, તેમાંના ત્રણ પ્રકારના ઉપાયો અમલમાં મૂકવા યોગ્ય છે. તે ત્રણ પ્રકારના ઉપાયો આ પ્રમાણે છે. ૧ શ્મન. ૨ વમન. ૩ વિરેચન. બીજા શબ્દોમાં બોલીએ તો પિત્તની શાંતિ માટે શ્મન (પિત્તને દમાવી દેવાના) ઉપાયો ફરવા અને પિત્તને બહાર કાઢી નાખવાને માટે વમન (ઉલટી) લાવવાના અને વિરેચન (રેચ) લાવવાના ઉપાયો કામે લગાડવા. સહન થાય તેમજે ઉલટી લાવીને પિત્તને ઓછી કાઢવું અથવા રેચ લઈને કાઢી નાખવું. બાળક વૃદ્ધ અને અતિ અશક્ત માણસોને એવા સમ્પત ઉપાયની બલામણુ નથી. ગરમ પાણી સાથે મીઠાળ લેવાથી અથવા ગળામાં પીંછું ફેરવવાથી કે ગળામાં આંગળી નાખવાથી ઉલટી આવે છે અને કેટલાક લોકો પિત્ત કાઢવા માટે એ ઉપાયો કરે પણ છે. જુલાળ માટે આ ઋતુમાં સાકર સાથે હરડે અથવા હીંમજનું ચૂર્ણ લેવું સારું છે, પિત્તની શાંતિ કરે એવાં ઔષધ અને ખાન પાનના સેવનથી પણ પિત્તનું શ્મન થાય છે, અને એ સાદો અને શાંત ઉપાય સૌને માટે સારો છે. કડવાં અને તુરાં ઓસડ પિત્તનું શ્મન કરે છે, માટે હીંમડાની અંતરછાલ વગેરે કડવાં ઓસડ સાકર મેળવીને પીવાં. મધુર રસ પણ પિત્તની શાંતિ કરે છે માટે ખાવામાં દુધ સાકરનો ઉપયોગ વિશેષ કરવો અને તીખા, ખારા, ખારા, એવા પિત્તકારક પદાર્થોનો આ ઋતુમાં બની શકે એટલો ત્યાગ કરવો. ચોખા દુધ અને સાકર આ ઋતુનું ખાસ પથ્ય છે, અને વૈદ્યક શાસ્ત્ર અને વિદ્વાનોનો અનુભવ તેને માટે બલામણુ કરે છે. વૈદ્યક શાસ્ત્ર કહે છે કે:—

જેષ્ઠાશ્લેષ્ઠ્યત્સુમ્ન્યદ્રુક્તંપૌષમાઘયોઃ

શારદંચપયઃ પીતંતેનજીવંતિજંતવઃ॥

બાવાર્થ—જેઠ તથા અશાઠ માસમાં ખુબ ઉંઘવું, પૌષ તથા મહા માસમાં ખુબ ખાવું અને શરદ ઋતુમાં ખુબ દૂધ પીવું; તેથી મનુષ્યો જીવે છે; અર્થાત્ તે તે રતુમાં તે તે પદાર્થો જીવાડનારા છે એટલે વ્યાધિમાંથી બચાવનારા છે.

વનસ્પતિ વર્ણન.

The Vegetable Materia Medica.

(પુસ્તક ૨ જાના પૃષ્ઠ ૯૯ નું સાંધણ.)

વાર્ણન—આર્ય વૈદ્યક ઉપચારોમાં અને હકીમી ઇલાજોમાં આંબળાંનો મુખ્ય અને વિશેષ ઉપયોગ થતો હોય એમ જોવામાં આવે છે. આ દેશની ઔષધીઓમાં આંબળાં એક ઉત્તમ ઔષધી છે. વૈદ્યકશાસ્ત્રના રોગો તેનાં બારે મહોટાં વખાણ કરેલાં છે, અને જેઓ એ શાસ્ત્રનાં વચનોપર વિશ્વાસ રાખી આંબળાંની જુદી જુદી બનાવટો તૈયાર કરી વાપરે છે તેઓની ખાત્રી થયેલી છે કે આંબળાં એક સર્વોત્તમ વનસ્પતિ છે. આર્ય વૈદ્યક શાસ્ત્રકારો જેમણે વનસ્પતિનો ધણોજ ઉત્તમ અભ્યાસ કરેલો હોય એવું તેમના લખેલા ગ્રંથો ઉપરથી સાબીત થાય છે, તેઓએ વનસ્પતિનો જુદા જુદા ગુણ ધર્મ પ્રમાણે વર્ગો પાડેલા છે. એમાંના એક ઉત્તમ વર્ગમાં આંબળાંને મૂકેલ છે, આર્ય વૈદ્યકારોનો એવો અભિપ્રાય છે કે, આર્ય દેશમાં એવી પણ ફેટલીક ઔષધીઓ પાડે છે કે જે શરીરના રોગોને મટાડવાની સાથે શરીરને નિરોગી રાખી આયુષ્યને વધારે છે અર્થાત્ જરા એટલે ઘડપણ અને મૃત્યુના ભયથી મુક્ત રાખે છે. આ વર્ગની ઔષધીઓ “રસાયન” ઔષધીઓ કહેવાય છે. “રસાયન” શબ્દનો અર્થ લોટો દા-લમાં જેવો કરે છે તેવો બડકામજો નથી. તેનો અર્થ તો એવો છે કે, એ ઔષધ વ્યાધિવાળાઓના વ્યાધિનો નાશ કરે અને વ્યાધિ વગરનાઓ તેનું સેવન કરેતો ઘડપણનો નાશ કરે એટલે આયુષ્ય વધારે. આપણા જાનરમાં પૈસે શેર મળતાં આંબળાં આ જાતની ઉત્તમ ઔષધી છે, એ ઘાત જ્યારે ફેટલાક વૈદ્યો પોતે જાણતા નથી ત્યારે લોટો એ વાતથી અજાણ્યા હોય એમાં આશ્ચર્ય નથી. લોટો જાણતા નથી કે જે વસ્તુને તેઓ વાળ ધોવા વગેરેના પરચુરણ કામમાં એક નજીવી વસ્તુ ગણીને વાપરે છે, તે વસ્તુ એક ઉત્તમ ઔષધી છે.

જે ઝાડમાં આંબળાં થાય છે તેને આંબળી કહેવામાં આવે છે. આ-

બળીનું ઝાડ મ્હોટું થાય છે. તેના લીલાં ફળ (આંબળાં) સોપારી અથવા લીંબુની પેઠે કદમાં નાનાં મોટાં થાય છે. હિંદુસ્તાનના ઘણા ભાગમાં તે પાકે છે. લીલાં આંબળાં ગોળ, લીસાં, છ લીટીવાળાં, પીળાશ પડતા લીલા રંગનાં, અને કદ તથા વજનમાં ન્હાનામાં ન્હાનાં સાધારણ કદની સોપારી, અથવા ન્હાનામાં ન્હાનાં લીંબુજેવડાં, અને મ્હોટામાં મ્હોટાં મ્હોટા કદના લીંબુ જેવડાં અને પાંચેક રૂપીઆભાર વજનનાં પાકે છે. સુકાયા પછી તેનો રંગ બદલાઇને પીળાશ પડતો ભુખરો અથવા ઝાંખો કાળાશ પડતો થાય છે અને તેની છ પાંખડીઓ જુદી પડતાં અંદરથી ત્રણ ખુણા (અણીયો) વાળો ફલીઓ નીકળે છે. ઔષધ તરીકે લીલાં તેમજ સુકાં બન્ને પ્રકારનાં આંબળાં ઉપયોગમાં આવે છે. લીલાં આંબળાં સ્વાદે અત્યંત ખાટાં અને તુરાં હોય છે, અને એ સ્વભાવ સુકાયા પછી પણ તેમાં થી જતો નથી. આંબળાં એક ખાટી વનસ્પતિ છતાં, જેમ ખીજ ખાટી વસ્તુઓ ઉપદ્રવ કર્તા થઈ પડે છે તેવો ભય આંબળાંની ખટાશમાં બીલકુલ નથી. ઔષધ તરીકે આંબળીનાં ફળજ (આંબળાં) મુખ્ય કરીને વપરાય છે. તેનાં ફૂલ ઠંડાં છે અને કેટલેક ઠેકાણે તે પણ ખીજ ઠડી વસ્તુઓની સાથે વપરાય છે. આંબળીનાં મૂળને ઉકાળી તેની રસક્રિયા કાઢવામાં આવે તો તે કાથાની પેઠે ઔષધમાં તેમજ રંગ વગેરેના બીજા ઉપયોગમાં આવી શકે છે. આંબળીના ઝાડની ડાળીઓ અથવા લાકડાના નાન્હા નાન્હા કટકા કાઢવ વાળા મેલા પાણીમાં નાંખવાથી તે કાઢવને જુદો કરી પાણીને સ્વચ્છ બનાવે છે. કાકળુમાં તેની તાજી છાલનો રસ મધ તથા ટરમેરીક મેળવી પ્રમેહમાં આપે છે.

ગુણ—અમ્લ, શીતળ, પિત્તશામક, શોધક, મૂત્રલ, નેત્ર્ય, કેશ્ય, પૌષ્ટિક અને રસાયન છે. લીલાં આંબળાં ખાટાં સારક, તુગં, જરા કડવાં તથા જરા તીખાં, શીતળ, વૃધ્ય, જરા તથા વ્યાધિનાશક, કેશ્ય અને હિતકારક છે; સુકાં આંબળાં ખાટાં, મધુર જરા કડવાં તીખાં, તુગં, કેશ્ય, નેત્ર્ય, ધાતુ વર્ધક, કાંતિકારક, અને રચિકારક છે. રક્તપિત્ત, પ્રમેહ, જ્વર, ઉલટી, આધ્માન, મલાવરોધ, સોજો, શોષ તૃષા, રક્તવિકાર, વિષદોષ અને ત્રિદોષ વગેરે ઘણાએક વ્યાધીમાં આંબળાં હિતકારક છે, ઔષધ તરીકે આંબળાંનો બહોળા હાથે વપરાશ થવાની જરૂર છે. જે ઔષધીઓ ત્રિદોષ

હર અને રસાયન છે તે સર્વલોકોની પ્રકૃતિને થોડે ઘણે અંશે અનુકૂળ થાય છે, અને અમારું “ જીવન ” જે ઉત્તમ એવાં લીલાં આંખળાંની ખીજી ઘણીએક ઉત્તમ વનરપતિના યોગથી બનેલી દેવાછે, તે સર્વને હિત-કારક હોઈ, મ્હોટા મ્હોટા બચાંકર વ્યાધિ તેનાથી નાશ પામી તેના સેવનારાઓ નિરોગી અને આયુષ્યવ્રાણ થાય છે, એ વાત આંખળાના ઉત્તમ ગુણની ખાત્રી કરી આપે છે.

ઉપયોગ—ઔષધ તરીકે લીલાં તેમજ સુકાં આંખળાંનો ઘણાએક વ્યાધિ અને વિકારોમાં ઉપયોગ થઈ શકે છે, અને આંખળાં એ સસ્તી અને નિર્ભય ઔષધી હોવાથી દરેક કુટુંબમાં તેનો સામાન્ય રીતે વિશેષ વપરાશ થાય એવું અમે ઇચ્છીએ છીએ, તેથી તેના ઉપયોગ વિષે આવતા અંકમાં વિસ્તારથી લખવામાં આવશે.

આપૂર્ણ.

સ્ત્રીરોગચિકિત્સા.

Treatment of Diseases in Women.

(પુસ્તક ૩ જના પૃષ્ઠ ૧૩૨ નું સાંધણ)

પ્રસવ—સુવાવડ.

ગર્ભાધાન અને ગર્ભની અવસ્થામાં યથાવિધિ આહારવિહારના નિયમો સચવાય અને સાવચેતી રખાય તો સુખશાન્તિમાં પ્રસવ થાય છે અને સુવાવડનું જોખમ બરેલું કાર્ય નિર્વિઘ્ને પાર પડે છે. પ્રસવ કાળને સ્ત્રીઓના પર એક મ્હોટી આફતનો કાળ માનવામાં આવેલો છે. આ માનિનતા લોકોની છે અને મૂર્ખતા તથા અજ્ઞાનતાએ આવી માનિનતા થતા આફતને ઉભી કરેલી છે. આવી આફતમાં કુદરતનો કાંઈ પણ હાથ નથી. કુદરત તો પોકારીને કહે છે કે મારા નિયમો પ્રમાણે વર્તો એટલે હું વચ્ચે પડીશ નહીં. કુદરતી રીતે સ્વભાવ સિદ્ધ ગર્ભાધાન થાય તો પ્રસવ

એટલે જાણુતર પણ સ્વભાવ સિદ્ધ સહેલાઈથી થઈ જવું જોઈએ. આદાર એટલે ખાનપાનની યોગ્ય સંભાળ રાખવામાં આવતી નથી તો હોજરી અને આંતરડાંમાં નાના પ્રકારના વિકારો થાય છે અને તેથી મળ મૂત્રના નિસ્યના કુદરતી વેગોમાં નાના પ્રકારની વિટંબના થઈ પડે છે. ગર્ભાધાન અને પ્રસવ એ પણ એવો જ કુદરતી ધર્મ છે, અને તે ક્રિયામાં જો વિવેક વિચાર કે સંભાળ ન રહે તો પ્રસવ કાળમાં અને સુવાવડમાં નાના પ્રકારનાં વિઘ્નો પડે એમાં શું આશ્ચર્ય છે? નિરોગી માણસનો મળત્યાગ (ઝાડો) જેટલી સહેલાઈથી થાય છે, એટલી જ સુખશાંતિથી પ્રસવ થાય એવું નામ કુદરતી પ્રસવ. કદથી જેટલા પ્રસવ થાય છે એ બધા પ્રસવમાં વિકૃતિ હોવાનો સંભવ નિર્વિવાદ છે.

આવી વિકૃતિઓ સ્ત્રી તેમજ પુરુષના વિરુદ્ધાયરણમાંથી જન્મ પામે છે. એ વિરુદ્ધાયરણમાં વિરુદ્ધ આદાર, વિરુદ્ધ વિહાર, વિરુદ્ધ ચેષ્ટાઓ (ખેસવું, ઉઠવું, સુંવું, ચાલવું, દોડવું, વાંકું વળવું વગેરે) અને તે બધાંમાંથી ઉત્પન્ન થતા વિકારો અને વ્યાધિઓનો સમાવેશ થાય છે. આ બધા વિકારો અને વ્યાધિઓ મનુષ્યકૃત છે, કુદરતકૃત નથી. શરીર રચનાની કેટલીક ખોટો અને ખામીઓને આપણે કુદરતી ખામીઓ એવું નામ આપીએ છીએ, તે પણ ખોટું છે. વાસ્તવિક રીતે જોતાં એ પણ કુદરતી ખોટ નથી. કુદરતે પદાર્થો અને તેના ધર્મો પેદા કર્યા છે એ પદાર્થોનો યોગ થવાથી નાના પ્રકારના પિંડો અને પદાર્થો પેદા થયા એ કુદરતનો ધર્મ છે ખરો, પણ પદાર્થોનો યોગ કરી આપવામાં કુદરતનો કાંઈ વિશેષ હાથ કે હેતું હેય એમ સમજાતું નથી. પદાર્થો પોત પોતાના ધર્મ પ્રમાણે બીજા પદાર્થોનો મેળાપ કે યોગ કરી લે છે, અને માણસ જાતને એ ધર્મો સમજવાની કુદરતે સમગ્ર શક્તિ આપેલી છે, તથાપિ તે સમજ શક્તિનો આધાર માણસ જાતનાં જ્ઞાન અને બુદ્ધિપર રહેલો છે, અને અનેક ભૂલો તેમજ મિથ્યાયોગ અને અયોગ્ય આચરણોમાં દોરી જાય છે. માણસ જાતનાં આવાં મિથ્યા વર્તનો અને અજ્ઞાનતાને લીધે પ્રજાની ઉત્પત્તિના ધર્મો યથાર્થ પળાતા નથી, અને તેથી ગર્ભમાં વિકૃતિ અથવા દોષ રહે છે; અને અને એવો વિકૃતિવાળો કે એવા દોષવાળો એ પ્રજા એવીજ વિકૃતિ કે દોષવાળી પ્રજાને ઉત્પન્ન કરે છે.

જન્મ આપનાર માતાપિતાના દોષ ઉપરાંત, સ્ત્રીઓ પોતાના મિથ્યા તથા અયોગ્ય આદાર વિહાર અને વર્તનથી ગર્ભમાં વિકાર ઉત્પન્ન કરે છે. અને એ વિકાર પ્રસવકાળમાં અને સુવાવડમાં દરદ અને દુઃખનું કારણ થઈ પડે છે. સ્ત્રીઓનાં ગર્ભાશય અને ગર્ભમાં વિકાર તથા વિકૃતિ થવામાં સ્ત્રીઓ કરતાં પુરૂષો કાંઈ ઓછા જાત્યદાર નથી. ગર્ભસ્થાન વગેરે સ્ત્રીઓ ના ગુણ અવયવો, અથવા પતિ અને પરાક્રમી પ્રગતે ઉત્પન્ન કરનાર ક્ષેત્ર પુરૂષોનાં પાપચરણોથી અપવિત્ર અને દુષિત થાય છે. જે કારણે ગર્ભની ઉત્પત્તિ, સ્થિતિ અને વૃદ્ધિને પ્રતિબંધ રૂપ થઈ પડે છે તેજ કારણે પ્રસવકાળમાં અને સુવાવડમાં કષ્ટ અને દરદની ઉત્પત્તિના હેતુરૂપ થઈ પડે છે.

કેટલાક પ્રસવ કષ્ટવગર સુખ શાંતિમાં થાય છે તે કેટલાક પ્રસવ ભારે કષ્ટ સાથે થાય છે. આ ઉદારથી સામાન્ય રીતે અમે તેના બે વર્ગ કદખીએ છીએ. ૧. સ્વભાવિક પ્રસવ અને ૨. અસ્વભાવિક પ્રસવ. આગળ જણાવ્યા પ્રમાણે મળમૂત્ર વગેરે શરીરના બીજા ધર્મોની પેઠે આ એક સ્વભાવિક શરીરનો ધર્મ છે, અને તેથી મળ ત્યાગની ક્રિયામાં જેટલો અલ્પ શ્રમ અને તે શ્રમને જાતે ખાલી પડેલા શરીરને અલ્પકાળ જે અશક્તિ લાગવી જોઈએ, તેટલો જ શ્રમ અને એટલી જ અશક્તિ અથવા પ્રસવ ધર્મના પ્રમાણમાં સદજ વિશેષ બેચેની જણાય તે સ્વભાવિક પ્રસવ છે, અને કાંઈ વિશેષ કષ્ટ, દરદ, કે વ્યાધીની સાથે પ્રસવ થાય તો તે અસ્વભાવિક પ્રસવ છે. અસ્વભાવિક એટલે જે રીતે પ્રસવ થવો જોઈએ તે રીતે ન થાય તે.

૧ સ્વાભાવિક પ્રસવ—નિરોગી અને પરિપક્વ ઉમરે આવેલાં માતાપિતાએ ઉત્પન્ન કરેલ શાંત અને પવિત્ર માતાએ યથાવિધિ પોષેલ અને પૂર્ણ મુદ્દને કષ્ટ વિના પ્રસવેલ, એવા વિકાર વિનાના બાળકનો પ્રસવ સ્વાભાવિક પ્રસવ કહેવાય છે.

૨ અસ્વાભાવિક પ્રસવ—કાચી વયના સ્ત્રી પુરૂષોથી રહેલો, રોગી સ્ત્રી પુરૂષોથી રહેલો, રહ્યા પછી સ્ત્રી પુરૂષોની કુચ્છેષ્ઠાથી ક્ષે-

પિત થયેલો, અને સ્ત્રીના અયોગ્ય આહાર વિહાર અને વર્તનથી દૂષિત થયેલો ગર્ભ પૂર્ણ કે અપૂર્ણ મુદતે, પણ કષ્ટ સાથે, વ્યાધિ સાથે કે વિકાર સાથે, જન્મ પામે છે તેને અપૂર્ણ અસ્વાભાવિક પ્રસવ કહીએ તો કાંઈ ખોટું નથી. ’

અસ્વાભવિક પ્રસવ થવાનાં અનેક કારણોમાંથી કેટલાંક મુખ્ય કારણોની આપણે અહિં નોંધ કરીએ:—

૧. વંશ પરંપરાથી ક્રમાગત ચાલતી આવેલી શારીરિક વિકૃતિ-ખોડ-ખામી-નાશ્વકાઈ-ની સ્થિતિમાં રહેલો ગર્ભ.
૨. રોગી સ્ત્રી પુરુષથી ધારણ થયેલો ગર્ભ.
૩. સ્ત્રી અથવા પુરુષ અથવા બંનેની કાચી વયમાં રહેલો ગર્ભ.
૪. ગર્ભ રહ્યા પછી થયેલ મિથ્યા વિહાર.
૫. ગર્ભ રહ્યા પછી આહાર વિહાર ચોપટ વગેરેમાં-સ્ત્રીઓનું વિપરીત વર્તન.
૬. ગર્ભ રહ્યા પછી સ્ત્રીઓના શરીરને લાગુ પડેલા શારીરિક વ્યાધિ અને માનસિક વિકાર કે ચિંતા.

ઉપર લખેલાં અને એવાંજ ખીન્ન કારણોથી સ્ત્રીનો ગર્ભાશય તથા તેમાં રહેલ ગર્ભ વિકાસે પામી પ્રસવ વખતે ખીડા આપે છે, અને ઘણી એક સ્ત્રીઓના જીવ જોખમમાં આવી પડે છે.

પ્રસવ અને સુવાવડ એ કાંઈ વ્યાધિ નથી. પણ ઉપર લખેલાં કારણોની વૃદ્ધિ થતાં ઘણી ખરી જણતર અને સુવાવડો વ્યાધિથી પણ અધિક ભયંકર રૂપ પકડે છે. માટે પ્રસવકાળમાં તેમજ સુવાવડમાં રાખવી જોઈતી સંભાળ અને સાવચેતીના કેટલાક ઉપાયો અને નિયમો વિષે આપણે આવતા અંકમાં વિવેચન કરીશું અને તેને અંગે ગર્ભની કેટલીક વિકૃતિ-ગર્ભઆવ-કસુવાવડ, છોડ, વગેરેનો પણ વિચાર કરીશું.

અપૂર્ણ.



ચાલુચર્યા.

Current Topics.

ઑનરેબલ મિ. જાલ ગંગાધર તીલક— પુનાના કેસરી પત્રના ઓડિટર અને મુંબાઈની ધારા સભાના મેંબર-એમનાપર સરકાર સામે બેદીલીની લાગણી ફેલાવવાનો આરોપ મુંબઈ સરકારે મુકતાં હાઇકોર્ટના ના. જડજ્જ રટ્ટાચીએ દોઢ વર્ષના સખ્ત મજુરી સાથના કેદખાનાની શિક્ષા ફરમાવી. તે શિક્ષા સામે ઇંગ્લાંડની પ્રિવિકાઉન્સીલ સુધી અપીલ લઈ જવામાં આવી હતી, જે અપીલ સાંભળવા પ્રિવિ કાઉન્સીલે ના પાડી છે, અને મિ. તીલકના કેસનો આ પ્રમાણે અંત આવેલો છે.

પુનાના બે સરદાર નાતુભાઈઓને સરકારે શક ઉપરથી રાજ્ય કેદી બનાવી કેદમાં બેસાડી દીધા છે. તેમના પર ચોક્કસ આરોપ જણાવવામાં આવેલો નથી, તેમ બચાવ કરવાની તેમને હજુ સુધી તક આપવામાં આવી નથી. સરકારન આ પગલાં માટે દેશી પત્રોમાં અને લોકોમાં ભારે ચર્ચા ચાલી રહી છે.

મિ. તીલક, સરદાર નાતુભાઈઓ અને બીજા પણ કેટલાક પત્રકારો સરકારની કફગીમાં આવી પડેલા છે. એમ બોલાય છે કે એ કફગી ઉત્પન્ન કરનાર અને સરકાર તથા દેશી પ્રજા વચ્ચે છેડુ પડાવનાર કેટલાક એંગ્લો ઇન્ડિયન પત્રકારોનાં અવિચારી અને દેવી લખાણો છે. એવું કહેવાય છે કે, સરકાર અને ઇંગ્લાંડની પ્રજાનો એક ભાગ હિંદની પ્રજાની વફાદારી તરફ શંકાશીલ બની છે; આ વિષે ઇંગ્લાંડનાં પત્રો બે મતમાં વહેંચાઈ ગયાં છે, અને દેશી પત્રો દેશી પ્રજાની વફાદારી બહાર કઢે છે; હિંદી પ્રજા અંગ્રેજ સરકાર તરફ પૂર્ણ વફાદાર છે એમાં કશો શક જ નથી, તથાપિ દૈવ યોગે કેટલાક વિલક્ષણ સંજોગોએ હિંદી સરકારના કાચા કાનમાં વિષ રેડ્યું છે. આ સવાલને તળીએ ગેરસમજુતી અને મિથ્યા ભ્રમણા સિવાય બીજા કાંઈ બચાવ બેદ હોય એમ દેશી પ્રજા માનતી નથી. પણ હવે આ ગેરસમજુતીનો જોમ વહેલો અંત આવે તેમ સાફ છે.

ચોકસ સંજોગો વચ્ચે ગેર સમજુતીઓ અને શંકાઓ ઊઠવાનો સંભવ બની આવે છે. પણ તેમાં અમુક અમુક વ્યક્તિ જ દોષને પાત્ર હોય છે, સમગ્ર પ્રજા કે સરકારની સમગ્ર રાજ્યનીતિ એથી નિંદાને પાત્ર ઠરતી નથી. હિંદી પ્રજા સરકારની ઘણી એક પ્રજાઓમાંની સૌથી ગરીબ અને વફાદાર પ્રજા છે અને અંગ્રેજ સરકારે ન્યાયી સરકારનું નામ મેળવેલું છે, અને જ્યાં સુધી પરસ્પર એવી રીતે વર્તવામાં આવશે ત્યાં સુધી સરકાર અને પ્રજા વચ્ચે ઊંડું પડાવનારી પીશાયણી ઈર્ષ્યા પોતાના અંતરના તાપથી પોતે જ બળી જાખ થઈ ઠંડાતું પડશે !

આ વર્ષમાં મરકીએ સુરત શહેરનો ભોગ લીધો છે. મરકીની સુરત શહેરની બારે પાયમાલી થઈ છે. એક તરફથી મગકીં । અને બીજી તરફથી સત્તાવાળાઓના સખ્ત ઉપાયોનો લોકોમાં બારે વાસ ફેલાઈ રહેલો છે. એ બંને બલામાંથી બિચારા લોકો મુક્ત થાય એવું માગીએ છીએ.

મુંબઈ નગરીને નવેસરથી બાંધવાનો મુંબઈ સરકારે વિચાર કરેલો છે. આ મહાભારત કામ એક કમીટીને સોંપવાનો વિચાર ચાલે છે. આ મહોટા ફેરફારમાં મુંબઈ શહેરનાં ઘણાં મકાનો જમીનદોસ્ત થશે, ઘણામાં બાંગ્-કેડ થઈ સુધારો વધારો થશે, નવા રસ્તાઓ નીકળશે, અને ભોંતળીયાના કામમાં મહોટી ઉથલ પાથલ થશે. કરોડો રૂપિયાનો ભોગ આપનાં લાંબે સમયે આ કામ પાર પડે એવું છે.

આ વર્ષની હિંદી નેશનલ કોન્ગ્રેસ બીરાર પ્રાંતમાં ઉમરાવતી શહેરમાં ચાલતા ડિસેમ્બર માસમાં મળવાનું નકી થયું છે. મહીં સંબંધી જો અડચણ પડવાનો ભય જણાવવામાં આવ્યો હતો, એ દૂર થયો છે. કોન્ગ્રેસ કમીટીએ સાવચેતીના ઉપાયો લેવાની ખાત્રી આપતાં બિરારના કમિશનરે ઘણી પ્રસન્નતાથી કોન્ગ્રેસ ભરવાની પરવાનગી આપી છે. આ કોન્ગ્રેસના કાર્યમાં સરકાર તેમજ પ્રજા બંનેનું હિત સમાયેલું હોવાથી અમે તેનો વિજય ચાહીએ તથા ગાંધીએ છીએ.

જેનો રોગ જોવા મુકવાથી મટે એવો હોય તે માણસને બેસાડી અ-
થવા સુવાડી જે જગ્યામાં રોગ હોય તે જગ્યા જો પ્રણ વગરની હોય તો
માદીના અને છાણના ચૂર્ણથી તેને ધસવી કે જેથી ત્યાં જોવા વળગે. જો
પ્રણવાળી હોય તો તેમ કરવાની જરૂર નથી. કારણ કે ગંધથી અને લોહી
વગેરેના કચકાણુથીજ ત્યાં જોવા વળગે છે. પ્રણવાળી જગ્યામાં છાણ મા-
ટનો ભુકો નાખવાથી વેદના વધવાનો પણ સંભવ છે. પછી ધકામોથી
જોવાને પકડી તેઓનાં ગાત્રોને સર્પપના અને હળદરના કલકવાળા પાણીથી
ખરડી પાણીના પાત્રમાં થોડી વાર રાખી તેઓ શાંત થએલી જેવામાં
આવે ત્યારે તેમની પાસે રોગવાળી જગ્યાને પકડાવવી. વળગે ત્યારે તે જ-
ગ્યાને ઝીણા, ઘોળા તથા ભીના રૂના પોતાથી ઢાંકી માત્ર તેનું મોહોડું ઉ-
ધાડું રાખવું. જો વળગે નહિ તો દુધનું ટીપું અથવા લોહીનું ટીપું
દેવું અથવા શસ્ત્રથી રોગવાળી જગ્યાપર ટેવ્યા દેત્રા કે જેથી જોવા તે જ-
ગ્યાને પકડે. આમ કરતાં પણ ન પકડે તો તેને છોડી દધ ખીચ જોવા
વળગાડવી. જ્યારે તે જોવા ઘોડાની ખરી જેવું મોહોડું કરી તથા કાંધ જા-
ચી કરીને ચોટે ત્યારે જાણવું કે તે લોહી પીએ છે. પીતી હોય ત્યારે તેને
ભીના વસ્ત્રથી ઢાંકી રાખીને તેનાપર પાણી રેડ્યા કરવું. જોવાના દંશમાં
જ્યારે વ્યથા અને અગ થવા લાગે ત્યારે તે 'શુદ્ધ લોહીને ચૂસે છે' એમ
જાણીને તેને સાંધી ખસેડી લેવી. જો લેહીની અતિ લાગ્રચથી તે દંશ
ન છોડે તો તેના મોહોડાપર સિંધવનો ભુકો ભભરાવવો કે જેથી છોડી દે.

જોવા લોહી પીને પડી ગયા પછી તેને

નીચોવવાની રીતિ.

अथ पतितां तण्डुलकण्डन प्रदिग्धगार्त्रां तैललवणाभ्यक्त-
मुखीं वामहस्ताङ्गुष्ठाङ्गुलीभ्यां गृहीतपुच्छां दक्षिणहस्ताङ्गुलिभ्यां-
शनैः शनैरनुलोममनुमार्जयदा मुखाद्वामे चावधावत्सम्यग्वान्तलिं-
ङ्गानीति । सम्यग्वान्ता सलिल मरकन्यस्ता भोक्तुकामा सती च-
रेत् । या सीदति न चेष्टते सा दुर्ब्बान्ता तां पुनः सम्यग्वामयेत् ।
वर्ब्बान्तायाव्याधिरसाव्य इन्द्रमदो नामभवति । अथ सुवान्तां पूर्व-
वत्सन्निदध्यात् ।

જોના પડી જાય ત્યારે તેનાં માત્રાને ચોખાના ચૂર્ણથી ખરડી, તેના મોઢોડાને તેલમાં વાટેલા લૂણનો ખરડ કરી, ડાખા હાથના અંગુઠાથી તથા આંગળીથી તેની ધુંગડી પકડી, જમણા હાથના અંગુઠાથી તથા આંગળીથી ધરિ ધારે અનુક્રમ રીતે હેક મોઢોડા સુધી દબાવતા જવું અને દબાવી દબાવીને લોહી ઓઢાવી નાખવું તે ત્યાં સુધી કે જ્યાં સુધી સારી પેટે ઓઢી નાખ્યાનાં ચિન્હો દેખાય. જોનાને પાણીના પાત્રમાં નાખવામાં આવે ત્યારે તે જોના જો ખાવાની ઈચ્છાથી ફરવા લાગે તો જાણવું કે તેણે જરાખર લોહી ઓઢી નાખ્યું છે. જો તે જોના સીદાય અને હલે ચાલે નહિ નહિ તો તેણે “જરાખર લોહી ઓઢ્યું નથી” એમ જાણીને ફરીવાર ઓઢાવવું. જો લોહીને જરાખર ઓઢી નાખ્યું ન હોય તો તે જોનાને ઇંદ્રમઠ નામનો અસઘ્ય રોગ થાય છે. (આ રોગનું લક્ષણ આ ગ્રંથમાં આપ્યું નથી.) સારી પેક ઓઢાવી નાખીને પાછી તેને આમળના પેટે ઘડમાં રાખવી.

લોહી કાઢાડ્યા પછી જોનાના પ્રણાપર
કરવાની ક્રિયા.

शोणितस्य च योगायोगानवेक्ष्य जलौकोग्रगान्मधुनावघ-
द्वयेच्छीताभिरद्रिश्च परिपेचयेद्ब्रवीति वा व्रणं कषायमधुरास्नि-
ग्धशीतैश्च प्रदहैः प्रदिह्यादिति ।

લોહી સ્ત્રવવાના સમ્યગ્યોગ, હીનયોગ, અતિયોગ અને મિથ્યા યોગ જોઈ તપસી સમ્યગ્યોગ થયો હોય તો જોનાએ કરેલા પ્રણામે સો વાર ઘોએલા ધીના અભ્યંગ કરવો અથવા તેવા ધીથી બીજાને લું ૩ તેઓના ઉપર મુકવું. હીનયોગ થયો હોય તો મધ વતે તે પ્રણામે ચોખવા. અતિ યોગ થયો હોય તો શીતલ પાણીથી તેઓના પર સેચન કરવું અથવા પા ટો ખાંચવો અને મિથ્યા યોગ થયો હોય તો તુરા, મધુર, સ્નિગ્ધ તથા શીતલ પદાર્થોનો જાડો લેપ કરવો.

વેલે જોનાનાં ક્ષેત્રો વગેરે જાણવાની જરૂર.

भवति चात्र ॥ क्षेत्राणि गहणं जातीः पोषणं समवचारणम् ।

जलौकसाश्च यो वेत्ति तत्साध्यान्स जयेद्गदान् ॥

આ સ્થાનના સ્ત્રોતમાં દર્શુ છે કે જે વેદ જળોના હોવાને, નતિ
એને, પોષણની રીતિને તથા વ્યાધિ ઉપર વળગાડવાની રીતિ વગેરેને
જાણતો હોય તે વેદ, જળો વળગાડવાથી મટે એવા વ્યાધિએને જીતે છે.

इति श्री सुश्रुतना सत्रस्थानेनो तेरमे अध्याय संपूर्ण.

—*o*—

चतुर्दशोऽध्यायः ।

ચૌદમે અધ્યાય.

अथातः शोणितवर्णनीयमध्यायं व्याख्यास्यामः ॥

હવે લોકોના હિતને વાસ્તે “શોણિત વર્ણનીય” નામના અધ્યાયનું
વ્યાખ્યાન કરીએ છીએ.

रसतुं स्वरूप, स्थान तथा कामे.२

તત્ત્વ પાશ્વર્થોત્ક્રિય સ્વ ચતુર્વિધસ્ય પદ્મસ્ય દ્વિવિધવીર્યસ્યા-
ષ્ટ વિધવીર્યસ્ય વાનેકગુણસ્યોપયુક્તસ્યાહારસ્યસમ્યકપરિણ-
તસ્ય યસ્તેજોભૂતઃ સારઃ પરમસૂક્ષ્મઃ સ રસ इत्युच्यते । તસ્ય
ચ હૃદયં સ્થાનં સ હૃદયાચ્ચતુર્વિંશતિવિધપનીરનુપ્રવિશ્યોઽર્ધંગા દશ
દશ ચાધોગામિન્યશ્વતસ્ર સ્ત્રિવિધગ્નાઃ કૃત્સ્નં શરીરમહરહસ્તર્પય-
તિ વર્દયતિ ધારયતિ યાપયતિ ચાદૃષ્ટેતુકેન કર્મ્મંગા ।

આહાર કે જે પૃથ્વી આદિ પંચ મહાભૂતોથી ગેઠવાએલો છે. તે
પીવાનો, ચાટવાનો, જમવાનો, ખાવાનો એ રીતે ચાર પ્રકારનો છે, મધુર
આદિ છ રસો વળે છે, શીત તથા ઉષ્ણ એમ બે પ્રકારનાં વીર્ય વળે
છે, અથવા શીત, ઉષ્ણ, સ્નિગ્ધ, રૂક્ષ, વિશદ, પિચ્છ, મૃદુ અને તીક્ષ્ણ
એ બેઠોથી આઠ પ્રકારનાં વીર્યવળે છે, અને અનેક ગુણો વળે છે; તેનો
ઉપયોગ થયા પછી તે સારી રીતે પાકતાં તેનો જે ધીની પેટે ઉત્પન્ન થ
એલો પરમ સૂક્ષ્મ સાર થાય છે તે રસ કહેવાય છે. હૃદયની પાસેનો
જે પ્રદેશ છે તે એ રસને રહેવાનું સ્થાનક છે. એ રસ હૃદયમાંથી

૧ આરભમા રૂધિરના વર્ણનવાળો. ૨ રૂધિરની ઉત્પત્તિ રસને આ
ધીન છે માટે પ્રથમ રસ વિષે કહે છે.

ધમની નામની ચોવીસ નાડીઓ કે જેઓમાંની દશ જાયે ગએલી છે, દશ નીચે ગએલી છે અને ચાર આડી ગએલી છે તેઓમાં પ્રવેશ કરી દિવસે દિવસે અદૃષ્ટ થએલી ક્રિયાને લીધે સધળા શરીરને તૃપ્ત કરે છે, ખાલકના શરીરને વધારે છે, મધ્યમ વયવાળાના શરીરને ધરી રાખે છે અને વૃદ્ધના શરીરને ચક્રવ્યે જાય છે.

રસની ગતિનું અનુમાન કરવા વિષે.

તસ્ય શરીરમનુધાવતોऽનુમાનાદ્ગતિરૂપલક્ષયિતવ્યા ક્ષયવૃદ્ધિર્વૈકૃતૈઃ ।

એ રસ કે જે શરીરને અનુસર્યા કરે છે તેની વિકૃતિ ગતિ હૃદયની પીઝ તથા કંપ આદિ ક્ષયના વિકારોથી અને હૃદયમાં બોજા આદિ વૃદ્ધિના વિકારોથી જાણવી અને અવિકૃત ગતિ સધળા શરીરનું તર્પણ થવા આદિ ઉપરથી જાણવી.

રસ સૌમ્ય પદાર્થ છે કે તૈજસ પદાર્થ છે?

તસ્મિન્ સર્વશરીરાવય- દોષધાતુમલાશયાનુસારિણિ રસે જિજ્ઞાસા કિમયં સૌમ્યસ્તૈજસ इति । अत्रोच्यते स खलु द्रवानुસારી સ્નેહનજીવનતર્પણધારણાદિભિર્વિશેષૈઃ સૌમ્ય इत्यवगम्यते ॥

રસ કે જે શરીરના અવયવોને, દોષોને, ધાતુઓને, મળોને તથા આશયોને અનુસરે છે તે વિષે એવી જિજ્ઞાસા થાય છે કે તે પદાર્થ કઈની પેઠે સૌમ્ય? છે કે પિત્તની પેઠે તૈજસ? છે? આ વિષયમાં એમ કેહેવાય છે કે તે રસ દ્રવપણાથી ગતિ કરનાર છે અને તેમાં રોદન, જીવન, તર્પણ તથા ધારણ આદિ વિશેષો રહ્યા છે તેથી 'સૌમ્ય છે' એમ જણાય છે.

રસમાંથી લોહી બનવા વિષે.

स स्वल्वाप्यो रसो यकृवल्लीहानौमाप्य रागमुपैति ।
भवतश्चात्र ॥ रक्षितास्तैजसात्वापः शरीरस्थेन देहिनाम् ।

અવ્યાપનાઃ પ્રસન્નેન રક્તમિત્યભિધીયતે ॥

રસાદેવ સ્ત્રિયા રક્તં રજઃસંજ્ઞં પ્રવર્તતે ।

તદ્વાર્ષાદ્વાદશાદૂર્લભ્યાતિ પચ્ચાયતઃ ક્ષયમ્ ॥

એ રસ જલ સંબંધી પદાર્થ છતાં પણ જમણા પડખાની યદૃત નામની ગાંઠને અને ડાબા પડખાની પ્લીહ (બરલ) નામની ગાંઠને પ્રાપ્ત થઈને રાતાપણું પામે છે.

આ વિષયના શ્લોકમાં કહ્યું છે કે “કોઈ જાનની અડચણ નહિ પામેલો એ રસ શરીરમાં રહેલા અને નિર્મલતાવાળા રંજક નામના પિત્તથી રંગામ જતાં ‘રૂધિર’ એ નામને પ્રાપ્ત થાય છે, જીનું જે રજ નામનું રૂધિર છે તે પણ રસથીજ બને છે અને તે રજ બારમા વર્ષ પછી પ્રવર્તે છે અને પચાસમા વર્ષ પછી ક્ષય પામે છે.

જીનું રજ અગ્નિ સંબંધી પદાર્થ હોવા વિષે.

આર્ત્તિવં શોણિતં ત્વાગ્નેયમગ્નીષોમીયત્વાદ્ગર્ભસ્ય

જીનું ઋતુસંબંધી રજ જે કે જલ સંબંધી રસમાં ઉત્પન્ન થાય છે તેપણુ તે અગ્નિસંબંધી પદાર્થ છે. કારણ કે રજ અગ્નિ સંબંધી છે. અને પુરુષનું વીર્ય જલ સંબંધી છે તેથી તેઓમાંથી થએલો ગર્ભ ‘અગ્નિ-ષોમીય’ કેહેવાય છે.

રૂધિરના સ્વભાવમાં મતાંતર.

પાશ્વભૌતિકશ્ચાપરે જીવરક્તમાહુરાચાર્યાઃ ।

વિસ્રતા દ્રવતા રાગઃ સ્યન્દનં લઘુતા તથા ।

ભૂમ્યાદીનાં ગુણાહ્યેતે દૃઢયન્તે ચાત્ર શોણિતે ॥

રૂધિર કે જે પ્રાણીઓના જીવનરૂપ છે તે વિષે કેટલાએક આચાર્યો કહે છે કે રૂધિર પંચ મહાભૂતમય પદાર્થ છે.

રૂધિરમાં જે કાચો ગંધ છે તે પૃથ્વીનો ગુણ છે, જે દ્રવપણું છે તે જળનો ગુણ છે, જે રાતાપણું છે તે તેજનો ગુણ છે, જે દાંઘક ચક્ષન છે તે વાયુનો ગુણ છે, અને જે હલકાપણું છે તે આકાશનો ગુણ છે. રૂધિરમાં જે કાચો ગંધ આદિ ગુણો છે તેઓ પૃથ્વી આદિ ભૂતોના જોવામાં આવે છે માટે રૂધિર પંચ મહા ભૂતમય છે.

રસમાંથીજ ધાતુઓની ઉત્પત્તિ તથા રસથીજ
ધાતુઓનું પોષણ.

રસાદ્રક્તં તતો માસં માંસાન્મેદઃ પ્રજાયતે ।

મેદસોઽસ્થિ તતો મજ્જા મજ્જઃ શુક્રસ્ય સમ્ભવઃ ॥

ઘ્રેણાં ધાતુનામન્નપાનરસઃ પ્રાણિયતા ।

રજસં પુરુષં વિદ્યાદ્રસં રક્ષેત્ પ્રયત્નતઃ

અન્નાત્પાનાચ્ચ મતિમાનાચારાચ્ચાપ્યતદ્વિદ્યતઃ ॥

જે રસ છે તેજ રૂધિરરૂપ થઇને અમુક ભાગથી માંસરૂપે ગોઠવાય છે, માંસરૂપ થઇને અમુક ભાગથી મેદરૂપે ગોઠવાય છે, મેદરૂપ થઇને અમુક ભાગથી અસ્થિરૂપે ગોઠવાય છે, અસ્થિરૂપ થઇને અમુક ભાગથી મજ્જા રૂપે ગોઠવાય છે, અને મજ્જા રૂપ થઇને અમુક ભાગથી વીર્યરૂપે ગોઠવાય છે. રસ જેમ આ પ્રમાણે ધાતુઓને ઉત્પત્તિ આપે છે તેમ તેજ અન્ન પાનનો રસ ધાતુઓને પોષણ પણ આપે છે. આ પ્રમાણે છે એટલા માટે બુદ્ધિમાન પુરૂષે શરીરની ઉત્પત્તિ રસથીજ થાય છે એમ જાણી આ-લ્સ્ય નહિ રાખતાં પ્રયત્નપૂર્વક યોગ્ય અન્ન પાનોથી રસનું રક્ષણ કરવું અને આયરણ પણ રસનું રક્ષણ થાય એવુંજ કરવું.

રસ શબ્દનો અર્થ, પ્રત્યેક ધાતુઓમાં રસની સ્થિતિ-
નો કાળ, એક મહીને રસનું વીર્યરૂપે ગોઠવાવું

અને વાછકરણ આદિ આપધીઓનો

વિશેષ અમતકાર.

તत्र रस गती धातुरहरगच्छन्तीत्यतो रसः । खलु स त्रीणि
त्रीणि कलासहस्राणि पञ्चदश च कला एकैकस्मिन् धाताव-
बतिष्ठत एवं मासेन रसः शुक्रीभवति स्त्रीणाञ्चार्त्तवमिति ।

भवति चात्र ॥ अष्टादश सहस्राणि सङ्ख्या ह्यस्मिन् समुच्चये ।

कलानां नवतिः प्रोक्ता स्वतन्त्रपरतन्त्रयोः ॥

સ શબ્દાર્ચિર્જલસન્તાનવદણુના વિશેષેણાનુધાવત્યેવં શરીરં
કવચઃ વાજીકરણ્યસ્ત્વોષવયઃ સ્વવલગુણોત્કર્ષાદિરેચનવદૂ-
પરકાઃ શુક્રં શીઘ્રં વિરેચયન્તિ ॥

પ્રત્યેક દિવસે મતિ કરવા કરે છે તેથી રસ કહેવાય છે. કારણ કે 'રસ' એ શબ્દ મતિ અર્થવાળા સંસ્કૃત ભાષાના રસ ધાતુમાંથી થયો છે. એ રસ શરીરમાં એક દિવસેજ ઉત્પન્ન થઇને પોતા પછીના ધાતુઓમાં એક એક ધાતુની અંદર અનુક્રમે ત્રણદળર ને પદરકલાઓ મુધી એટલે પાંચ પાંચ દિવસો સુધી રહે છે; અને એમ થતાં એક મહીને પુરૂષોના તથા સ્ત્રીઓના વીર્યરૂપ થાય છે. (સ્ત્રીઓનું રજ કે જે રૂધિરજ છે તે જો કે આ પ્રમાણે સાતમે દિવસેજ નિષ્પન્ન થાય છે તોપણ વધી વધીને એક મહીને પ્રત્યક્ષ દેખવામાં આવે છે એમ સમજવું.)

આ રચનાના શ્લોકમાં કહ્યું છે કે "રસ વીર્યરૂપ થતાં સુધીમાં કુલ કલાઓ અઢાર દળર ને નેવું એટલે એક માસ લાગે છે એ વાત આ શાસ્ત્રમાં તા ॥ ખીજાં શાસ્ત્રોમાં પણ સરખીજ છે."

એ રસ પોતાના સૂક્ષ્મ ક્રમથી સઘળા શરીરમાં, શબ્દના પ્રવાહની પેઠે આડો દોડે છે, જવાળાના પ્રવાહની પેઠે ઊંચો દોડે છે, અને જળના પ્રવાહની પેઠે નીચો પણ દોડે છે.

જો કે આ પ્રમાણે રસ એક મહીને વીર્ય રૂપ થાય છે તો પણ તે ઉપરથી વાજકરણ^૧, બલ્ય^૨, બૃંદણીય^૩, અને જીવનીય^૪, આદિ ઔષધીઓના પ્રયોગો નિષ્ફળ થાય છે એમ સમજવું નહિ. કારણ કે એ ઔષધીઓમાં કેટલીએક પોતાના પ્રભાવના ઉત્કર્ષથી, કેટલીએક પોતાના ગુણના ઉત્કર્ષથી, અને કેટલીએક પોતાના પ્રભાવ તથા ગુણ એ બન્નેના ઉત્કર્ષથી, જેમ નેપાળા વગેરે વિરેચન પદાર્થો તુરતજ રેચ લગાડે છે તેમ ઉપયોગમાં લેવામાં આવી કે તુરતજ રસાદિકના ઉત્પાદન પૂર્વક વીર્યને ઉત્પન્ન કરીને પ્રવર્તે છે.^૫

૧ સુંદર સ્ત્રીઓના રપશ્વ, સુંદર ગાયન, સુંદર ખગીચા, દુધ ધી, અડદ બીજામાં અને શિખંડ ઇત્યદિક. ૨ ઐદ્રી નામની કાકડી, કૈયાં શનાવરી, જંગલી અડદ વિદારીકંદ આસોંદ, સમેરવો, કડુ, પીળી ખપાટ અને ઘોળી ખપાટ. (અ. સૂ. અ. ૪ થો.) ૩ દારૂડી, દુધેલું, બળદાણા, કાકોલી, ક્ષીરકાકોલી, ઘોળી ખપાટ, પીળી ખપાટ, હીરવણી, ઘોળી વિદારીકંદ, અને વરધારો. (ચરક સૂ. અ. ૪ થો.) ૪ જીવક, ઋષભક, મેદા, મહામેદા, કાકોલી, ક્ષીરકાકોલી, જંગલી અડદ, રાજડોડી અને જોડી-મધ, (અ. સૂ. અ. ૪ થો.) ૫ સુંદર સ્ત્રીના રપશ્વ આદિ વાજકરણો પોતાના પ્રભાવના ઉત્કર્ષથી, દુધ તથા ધી આદિ વાજકરણો પોતાના રસ આદિ

બાલકોને વીર્ય આદિ ન દેખાવાનું કારણ.

યથાદિ પુષ્પમુકુલસ્થો ગન્ધો ન શક્યભિહાસ્તીતિ વક્તું નૈવ
નાસ્તીત્યથવાસ્તિ સતાં ભાવાનામભિવ્યક્તિરિતિ કૃત્વા કેવલં
સૌક્ષ્મ્યાન્નાભિવ્યજ્યતે સ એવ ગન્ધો વિવૃતપત્રકેશરૈઃ કાલાન્ત-
રેણાભિવ્યક્તિ ગચ્છત્યેવ બાલાનામપિ વયઃ પરિણામાત્ ચક્રમા-
દુર્ભાવો ભવતિ રોમરાજ્યાદયોઽથાર્ચવાદયશ્ચ વિશેષા નારીણામ્

જેમ પુત્રની કળીમાં 'ગંધ છે' એમ કહી શકાતું નથી અને 'નથી' એમ પણ કહી શકાતું નથી પરંતુ 'જે પદાર્થો હોય તેઓજ અભિવ્યક્ત થાય છે' એ સિદ્ધાંતને અનુસરીને કહી શકાય છે કે પુત્રની કળીમાં ગંધ છે પણ સૂક્ષ્મ હોવાને લીધે પ્રત્યક્ષ જણાતો નથી, તેમ 'રસમાંથી એક મહીને વીર્ય થાય છે' એ સિદ્ધાંતને અનુસરીને તથા બાલકોમાં પ્રથમ ત્રિ વીર્ય ન હોય તો પાછળથી અભિવ્યક્ત ન થતું જાહેર એ સિદ્ધાંતને અનુસરીને કહી શકાય છે કે બાલકોમાં પણ વીર્ય છે પણ તે સૂક્ષ્મ હોવા ને લીધે પ્રત્યક્ષ થતું નથી. જેમ કળીમાં રહેલા ગંધ કાળાંતરે કળીની પાંખડાંઓ તથા કેસરા ઉધડે ત્યારે અભિવ્યક્ત થાય છે તેમ બાલકોમાં રહેલું વીર્ય બાલ્યાવસ્થાના પરિણામ થાય ત્યારે અભિવ્યક્ત થાય છે. પુરુષોના કહી મુઠ અદિ પ્રકારો અને સ્ત્રીઓના રોમરાજ તથા રજ આદિ પ્રકારો વિષે પણ એ પ્રમાણેજ સમજવું.

અન્નપાનનો રસ શરીરની વૃદ્ધિ કરનારો છતાં પણ બુ-

ઢાઓના શરીરની વૃદ્ધિ કરતો નથી તેનું કારણ.

સ એવાન્નરસો વૃદ્ધાનાં જરાપરિ પક્કશરીરત્વાન્ન પ્રીણનો ભ-
વતિ ।

જે કે અન્નપાનનો રસ પુષ્ટિ આપનાર છે તો પણ બુઢાંઓનાં શરી-
રો ધડપણથી પાકી ગએલાં હોય છે તેથી તે શરીરોને પુષ્ટિ નહિ આપ-
તાં કેરળ જીવન માત્ર આપ્યા કરે છે.

શુભ્રુનાં ઉત્કર્ષથી, અને અડદ આદિ વાજીકરણો પોતાના પ્રભાવ તથા શુભ્રુ
એ એન્નેના ઉત્કર્ષથી તુરતજ રસાદિકના ઉત્પાદન પૂર્વક વીર્યને ઉત્પન્ન કરીને
પ્રવર્તીવે છે ઇત્યાદિ સમજવું.

જાહેર અખબરો

“પ્રજ્ઞબંધુ” પ્રીન્ટીંગ પ્રેસ.

આ પ્રેસમાં તમામ જાતનું ઈંગ્રેજી ગુજરાતી અને સંસ્કૃત છાપવાનું કામ સદાઈ બંધ કાળજીપૂર્વક અને વાચકાસર કરવામાં આવે છે. તેમજ છપાવનારને પૃથ્થ વાંચવા વગેરેની સવડ સારી રીતે કરી આપવામાં આવે છે, વધુ ખાત્રી માટે એકવાર કામ પાડી જુઓ.

મેનેજર

‘પ્રજ્ઞબંધુ’ પ્રેસ.

રાયપુર—અમદાવાદ.

શ્રીમાળ પુરાણ.

શ્રીમાળી બ્રાહ્મણો શ્રીમાળી વાણીયા, શ્રીમાળી સોની, પુસ્કરણા, બોજક, વગેરે જ્ઞાતિઓના પુરાણા ઇતિહાસનું તથા કુળાચારનું પુસ્તક સંસ્કૃત ભાષામાં “શ્રીમાળ મહાત્મ્ય” એવા નામથી પ્રસિદ્ધ છે. આ પુસ્તક ધણું ઉપયોગી છતાં તેનું ભાષાન્તર કરી તેને પ્રસાર કરવાની તક આજ સુધી કોઈએ લીધી નહિ. શ્રીમાળી શુભેચ્છક નામના એપાનિયામાં એ પુસ્તકનું ભાષાન્તર છપાતું હતું, પણ એ એપાનિયું જ્ઞાતિનાં કમનશીએ બંધ પડ્યું અને તેની સાથે આ શ્રીમાળ મહાત્મ્યના ભાષાન્તરનું કામ પણ અટકી પડ્યું, ત્યાર પછી ઘણા શ્રીમાળી ભાઈએ અને શ્રીમાળી શેઠીઆઓ તરફથી તેનું ભાષાન્તર કરી ઇલાયદું પુસ્તક છપાવવા બાબત સુચના થતી હતી, અમે એ કામનો ફરી આરંભ કરેલો છે અને મહાલક્ષ્મીજીની કૃપાથી તે મંથ થોડા સમયમાં છપાઈ બહાર પડશે, એવી વકી છે, ક્ષી-મત અમારૂંથી નામ નોંધાવે તો રૂ. ૧૦૦. પાછળથી રૂ. ૨૦. અમદાવાદ શિબિરોડપર ગુજરાત આર્ય બૌદ્ધશાળામાં શ્રીમાળ પુરાણના પ્રકટ કરીને સખી નામ નોંધાવવાં.

અમારાં ઉપયોગી પુસ્તકો.

	કિંમત.	પાસ્ટેજ.
ગુણવસ્થાનો શિક્ષક.....	૧-૪-૦	૦-૨-૦
સ્વપદ્ધતિમાન.....	૦-૧૨-૦	૦-૧-૦
આરોગ્ય સુધારના ઉપાય....	૦-૨-૦	૦-૦-૬
અદ્યતન.....	૦-૮-૦	૦-૩-૬
સામવેલી નિલકર્મ.....	૦-૧-૦	૦-૦-૬

ખીજ ન્હાના ન્હાના ઉપયોગી વૈદ્ય વિષયના નિબંધો દર બંને આજ્ઞાની કિંમતના તૈયાર થાય છે તથા કુટુંબોમાં ઉપયોગી થાય એવા વૈદ્ય વિષયનો એક મોટો ગ્રંથ લખાય છે, જે ઘણી જ સસ્તી કિંમતે દરેક કુટુંબને પુરો પાડવા અમારે વિચાર રાખેલો છે.

વૈદ્ય જટાશંકર લીલાધર ત્રિવેદી.

ગુજરાત આર્ય ઔષધશાળા.

શિથિરોડ—અમદવાદ.

વૈદ્યકદ્વપતર.

વૈદ્યક સંબંધી ઉપયોગી વિષયો અરચનાર
માસિક પત્ર.

A MONTHLY MEDICAL ADVISER.

પુસ્તક ૪ થું. ફેબ્રુઆરી સુધી ૧૯૯૮. અંક ૨ જો.

તંત્રી

વૈદ્ય જટાશંકર લીલાધર ત્રિવેદી

ગુજરાત આર્ય ઔષધશાળા

અમદાવાદ.

વિષયાનુક્રમ.

વિષય.	પૃષ્ઠ.	વિષય.	પૃષ્ઠ.
શરદ્દનો તાવ-તેમાંથી ઉપચાર.		શારીરિક શિક્ષા.	... ૨૭
તા વિચારો.	... ૧૭	મરફી.	... ૨૮
રસાભાવિક વેગા.	... ૨૨	ચાકુ ચર્ચા.	... ૩૧
વનસ્પતિ વર્ણન	... ૨૪	સુશ્રુત સહિતા.	... ૧૧૩

અમદાવાદ—“પ્રગતિ” પ્રીન્ટીંગ પ્રેસમાં મુદ્રાકિત કયું.

વાર્ષિક મૂલ્ય

પોસ્ટેજ સાથે રૂ. ૧૧ અગાઉથી. પાછળથી રૂ. ૧૧૧.

(સર્વ હક સ્વાધિન.)

ગ્રાહકોને સુચના.

૧. “અન્નચર્ય” એ નામનું પુસ્તક ખાસ અમારાં ગ્રાહકોને બેટ આપવા માટે તૈયાર કરી છપવેલ છે. એ પુસ્તક તૈયાર થયું છે. ચોપાનિયાના લવાજમ (રૂ. ૧૧) ની સાથે આ બેટના પુસ્તકના પોસ્ટેજ માટે અરધા અંશે મોકલીને “અન્નચર્ય” મંગાવી લેવું. લવાજમ અગાઉથી લેવાનો રીવાજ છે, અને વર્ષના આરંભમાં સર્વનાં લવાજમ આપી જવાની વકી છે; છતાં જેમનાં લવાજમ આવતાં વિલંબ થશે તેમને એકાદ માસ રાહ બેસવા બાદ લવાજમના પૈસા ચકાવી બેટનું પુસ્તક પે. પે. મોકલી દેવામાં આવશે.

૨. અમારા હમેશના ગ્રાહકો મિત્રાય ખીજ પાણુ જે જે ગૃહ-થો વરદ આ ચોપાનિયું મોકલવામાં આવે તેઓ તેનો સ્વીકાર કરશે એવી આશા છે. આ ચોપાનિયું કેળવણીનાં કુટુંબોમાં ઘણા જ પ્રેમથી વંચાય છે તે હવે કહેવાની જરૂર નથી. શરીર સંરક્ષણની ખરી કિમ્મત નહિ કરવાવાળા જે લોકો તેના ગ્રાહક થવાને ખુશી ન હોય તેઓએ અમાને વળાસર જયના કરવા મહેરબાની કરવી.

૩. આ ચોપાનિયા માટે લેખો લખવાને વૈદ્યોને તેમ જ વૈદ્યવિદ્યાના શાખિનેને છુટ છે. જેઓ પોતાના જાતિ અનુભવ લખી મોકલશે તેમના લેખકાર માનવામાં આવશે.

૪. ગ્રાહકોને રોમ સંબંધી કે અમારા ધંધાને લગતી કાંઈ પણ સલાહ જોઈતી હશે તે લખી મોકલવામાં આવશે.

૫. પાંચ ગ્રાહકો મેળવી આપનારને તેમ જ અમારી દલ-શાળામાંથી દર વરસ પાંચ રૂ. ની કીમતની દવા મંગાવનારાઓને આ ચોપાનિયું મફત વાંચવા માટે મોકલવામાં આવશે.

૬. પત્ર વ્યવહાર કરનારાઓએ ઉત્તર માટે અરધા આનાની ટીકીટ અથવા પોસ્ટ કાર્ડ મોકલી દેવું. તે વિના ઉત્તર આપવાનું અમાને પોસાય તેમ નથી.

૭. પહેલો અંક છપાયા પછી પોસ્ટલ પ્રિનિલેજ માટે ટપાલ ખાતા સાથે પત્ર વ્યવહાર ચાલતાં વિલંબ થયો તે કરમીય ન ખીજે અંક પાણુ તૈયાર થયો જેથી આ વખતે એ અંક બેગા રવાના કરેલા છે, હવે પછી દર માસ રવાના થશે.

વૈદ્યકલ્પતર.

પુસ્તક ૪ થું. ફેબ્રુઆરી સને ૧૮૯૮. અંક ૨ જો.

શરદ્નો તાવ—તેમાંથી ઉપજતા વિચારો.

Some Remarks on The Fever of Sharad.

જ્યરનાં કારણો અને લક્ષણો ઉપરથી જ્યરનાં મળા બેઠ પાડવામાં આવેલા છે. આ ઉપરાંત ઋતુમંદથી તેના બે વર્ગ પાત્રી શકાય છે. એક પ્રાકૃતજ્યર; બીજો વૈદ્યજ્યર. ઋતુના દોષથી તે તે ઋતુઓને અનુસરીને જે તાવ આવે તે પ્રાકૃતજ્યર કહેવાય છે; અને ઋતુવિરોધી જે જ્યર આવે તે વૈદ્યજ્યર કહેવાય છે. વસંત ઋતુમાં બહુધા કફજ્યર આવે છે, વર્ષાઋતુમાં બહુધા વાતજ્યર હોય છે અને શરદઋતુમાં બહુધા પિત્તજ્યરનો ઉપદ્રવ થઈ આવે છે. જ્યરનો ઉપચાર કરનાં કુશળ વૈદ્યો ઋતુ અને તેના દોષનો પ્રથમ વિચાર કરે છે. વસંત ઋતુના કફજન્ય અથવા કફપ્રાધાન્ય જ્યરમાં કફની શાંતિનો ઉપાય કરવો જોઈએ, વર્ષાઋતુના વાતજન્ય કે વાત-પ્રાધાન્ય જ્યરમાં વાયુની શાંતિનો ઉપચાર કરવા જોઈએ અને શરદઋતુના પિત્તજન્ય કે પિત્તપ્રાધાન્ય જ્યરમાં પિત્તની શાંતિનો ઉપાય કરવો જોઈએ.

તાવને ઉપત્ત કરનારાં કારણો બીજાં હોય છે, તેમણે સર્વ પ્રકારના જ્યરમાં પિત્ત એટલે એક પ્રકારની ઉષ્ણતાનો કોષ થાય છે અને એ ઉષ્ણતાને જ “તાવ” એવું નામ આપવામાં આવેલું છે. લોહીમાં ઉષ્ણતા મળવાથી લોહી તપી આવે છે, પાતળું પડે છે અને ચોક્કસ રીતે “વેન” એ તે કરતાં વધારે તાવથી થાય છે. શરદઋતુના તાવનું કારણ પિત્ત હોય છે અને તેથી શરદના તાવના ખાસ કરીને પિત્તની શાંતિના ઉપચારો કરવાની જરૂર છે. આ વિષે કેટલાક પુરાણનાં શરદઋતુના વાયુમાં દર વર્ષે કરવામાં આવતા વિરમનમાં આવી બન્ય છે.

વર્ષાઋતુના અંતે એક પ્રકારની ઝેરી હવા ઉત્પન્ન થાય છે. આ હવાને અંગરેજીમાં મેલેરિયા કહે છે. જે પ્રદેશોમાં પાણી વધારે ભરાઈ રહે છે, તેવા પ્રદેશોમાં આવી હવા વધારે ઉપદ્રવ કર્તા થઈ પડે છે. એ હવા શરીરમાં ગરમી પેદા કરે છે અને તાવનું ઉત્પન્ન કરે છે. આવી જાતનો તાવ પાણી શરદઋતુમાં જ ઉત્પન્ન થાય છે. ઘણા માણસો આ જાતના તાવના ભોગ થઈ પડે છે. જેમનાં શરીર એવી ઝેરી હવાને ખેંચવાને લાયક થયેલાં હોય છે તેમને જ એ તાવ લાગુ પડે છે, અને બહુધા એના એજ દરદીઓ દર વર્ષે આવા તાવના સપાટામાં આવે છે; કેમકે આવા તાવને વસવાને માટે તેમનાં શરીર યોગ્ય હોય છે, અને જ્યાં સુધી યોગ્ય ઉપચારવડે શરીરમાંથી એવા તાવનું ખીજ કાઢવામાં ના આવે અથવા ઝેરી હવાને ખેંચનારાં શરીરનાં સમસ્તભાવનાં ઝેરી તત્વા ના હોય ત્યાં સુધી એ તાવ તેમને છોડીને છેક જતો નથી.

વર્ષાઋતુને અંતે એટલે બાદરવા તથા આસો માસમાં આવી ઝેરી હવા ઉત્પન્ન થાય છે અને ત્યારથી આવા તાવની મોસમ શરૂ થાય છે. એ મોસમ છેક કારતક તથા માગશર સુધી ચાલુ રહેછે, એટલું જ નહિ પણ કેટલાકને લાગુ પડેલા આવા વિપમજ્વરો એથી પણ વધારે લાંબા સમય સુધી તેમને કંટાળે મૂકતા નથી.

આવા તાવ પ્રતિવર્ષે આપણને હેરાન કરે છે. ત્યારે તેને માટે કાંઈ ચોક્કસ ઉપાયો છે કે નહિ? આ પ્રશ્નનો વિચાર કરતાં એ મુખ્ય બાબનો અમારા લક્ષમાં આવે છે. આ બાબનો પર પેદા અને ડાક્ટરોનું જ નહિ પણ વિશેષ કરીને લોકોનું લક્ષ ખેંચવાની જરૂર છે. આવા વ્યાધિઓના સંબંધમાં તેને મટાડવાના ઉપાયો અનુમાન બાંધી બાંધીને કરે છે તે કરતા તેઓ (પૈદા અને ડાક્ટરો) વિશેષ કાંઈ લાભ કરી શકતા હોય એમ કહી શકાતું નથી. તેમના ચાલતા ઉપચારો તાવ વગેરે વ્યાધિઓને જેમ મારી મચરડીને દબાવી દે છે, અને એ રીતે દર્દીઓ દેખીતી રીતે એ વ્યાધિમાંથી મુક્ત થયેલા માને છે તેમ ઘણી વખત આ ઉપચારો આડું અવગું પણ વેતરી દે છે, અને એક દોષને મટાડી ખીજ દોષ દાખલ કરી દે છે. અર્થાત્ શરીરની અંદરના ગુમ વ્યાધિઓ, ઔષધોના વિવેકશુ સ્વભાવે અને તેમનાથી શરીરમાં થતી ગુપ્ત ક્રિયાઓના ક્રમ ઘણાજ ભેદ ભરેલા અને ગુંચવાડા ભરેલા હોવાથી ઉપચારોનું કાર્ય સંપૂર્ણ નિર્ભય અને ચોક્કસ હોવાની ખાત્રી આપી શકી નથી. આવા અચોક્કસ ઉપચારો પર

આધાર રાખવા કરતાં ઋતુઓની શાંતિનાં અને તાવ વગેરે વ્યાધિઓને ઉત્પન્ન કરવા વાળા દેષોનો શાંતિના ઉપચારો કરવા એ જન મંડળને વધારે હિત કારક થઈ પડે છે. એવા ઉપાયો લોકોના સ્વાધીનમાં છે. ધંધાવાળાઓનું વલણ પોતાના સ્વાર્થ જોગ કામ કરવા તરફ વિશેષ હોય છે; અને તેથી સાર્વજનિક સુખાકારીની વૃદ્ધિના ઉપાયો શોધવા, બતાવવા કે યોજવાનું કામ થોડા જ પરમાર્થી પુરૂષોના મગજમાં આવી શકે છે. શમ્દ્ રતુમાં પિત્તનો પ્રકાપ થાય છે અને બેજમાંથી મેલેરિયાની ઝેરી હવા ઉત્પન્ન થાય છે. આ બંને ખરાબીને જન્મ આપનાર કુદરત છે. કુદરતના આવા ફેરફારનો અટકાવ કરવાને માણસ બળ અશક્ત છે; તથાપિ એ ફેરફારોની આપણા પર થતી અસરોનો કેટલેક દરજ્જે આપણે અટકાવ કરી શકીએ. અમે એ સંબંધમાં ઉપર જે એ વાતો લિખિ સુચના કરેલી છે, તે એ વાતો અથવા એ ઉપાયો આપણા સ્વાધીનમાં છે અને એ ઉપાયો વડે આપણે એ કુદરત જન્ય ઝેરી હવાનું નિવારણ કરવાને તથા આપણાં શરીરને એવી ઝેરી હવા બાધ નહિ કરો શકે એવું કરવાને આપણે શક્તિવાન થઈ શકીએ એમ છીએ. એ એ વાતો આ પ્રમાણે છે.

બેજમાંથી મેલેરિયા જેવી ઝેરી હવાનો પ્રસાર થાય છે. ચોમાસાના સુખકારક વરસાદનો પ્રતિબંધ કરવાની આપણી ઈચ્છા થાય જ નહિ અને નેનો પ્રતિબંધ કરવાની આપણને ઈશ્વરે સત્તા પણ આપી નથી. આ વરસાદના પાણીથી બેજ થવાને લીધે તાવ ઉત્પન્ન થાય છે. બેજ પાણી ભરાઈ રહેવાથી થાય છે. માટે બની શકે એવા ઉપાયો વડે કોઈપણ સ્થલમાં કે પ્રદેશમાં પાણી ભરાઈ રહેતું હોય તો, તેવા પાણીનો નિકાસ થાય એવા ઉપાયો, જે જાતે આપણે કેટલેક દરજ્જે શક્તિવાન થઈ શકીએ છીએ. આમ કરીને બેજના વિશેષ કારણનો ઉપાય કરવા ઉપરાંત બેજવાળી હવા પ્રસારે તો તેવી હવાની શુદ્ધિ કરવાના ઉપાયો કામે લગાડવા જોઈએ. આ આર્યખંડના ડાહ્યા પુરૂષો એ વાતનો વિચાર કર્યા વિના રહ્યા નથી. આયુર્વેદ ઋતુશાંતિના ઉપાયો બતાવે છે, જે ઉપાયો વડે આપણે ઋતુના દોષમાંથી બચી શકીએ છીએ. પણ અજાનતાને લીધે કે અશક્તિને લીધે આ ઉપાયોનો બધા લોકો આશ્રય લઈ શકતા નથી. ભારે ઋતુશાંતિ અને હવાની શુદ્ધિનો હેતુ પાર પડે એવા ઉપાયો ધર્મ કર્મની ક્રિયાઓ અને દોષાચારમાં ગેહવી દેવામાં આવ્યા. મરેલાં રોગી સંબંધીઓને સંભારી ભાદરવાવદ માં હોમનાં ત્રાહ્ન કરી સગા સંબંધીઓને પાંચસાન્ન એટલે દુધપાક-ખીર

વગેરે દુધનું બોજન જમાડવાનું ઠરાવ્યું જે બોજન બેશક પિત્તની શાંતિ કરવાના ઉપાયરૂપ થઈ પડે; આસો શુદ્ધમાં ઘેર ઘેર હોમહવન કરવાની ચાલતી ક્રિયામાં હવાની શુદ્ધિનો જ હેતુ છે. આસો અને કાર્તિકની ઋતુસંધમાં “દીપોત્સવ” એટલે દીવાળીનો ઉત્સવ કરવાનું ઠરાવવામાં પણ ઉડો ઉડો હેતુ એજ હોય એમ ધરી સ્કાય છે. વૈદ્યકશાસ્ત્ર કહે છે કે:— આશ્વિનસ્યાદિનાન્યષ્ટૌત્તર્કે કાર્તિકવાસરાઃ । યમદંષ્ટાસમાહ્યાતા અભ્યાહારીસજીવાતેઃ ॥

આસો માસના આઠ દિવસ અને આખો કાર્તિક માસ યમદંષ્ટા એટલે યમની દાઢ કહેવાય છે, અર્થાત્ એ દીવસોમાંથી બચવું એ યમની દાઢમાંથી બચવા મરાળ છે આ ઋતુ સંધિ વિશેષ ઉપદ્રવકારી હોવાથી વૈદ્યકશાસ્ત્રમાં જેમ અભ્યાહારી થવાનું દરમાવેલું છે, તેમ લોકાચારમાં હવાની શુદ્ધિ માટે ઘેર ઘેર દીવાઓ કરી દીવાળીનો ઉત્સવ કરવાનું ઠરાવેલું છે. આ દીવાળીનો ઉત્સવનો હેતુ મુખ્ય કરીને હવાની શુદ્ધિનો હોય એમ અનુમાન થાય છે, ઘેર ઘેર પુષ્કળ દીવાઓ કરવાથી અને દારૂખાનું છોડવાથી હવાની શુદ્ધિ થવાનો સંભવ છે, અને તેથી જ આ તેહેવારને “દીવાળી” નામ આપવામાં આવેલું છે. હવા મારફત ઘણાએક રોગો એટલે ઝેરી તત્ત્વો આપણા શરીરમાં શ્વાસોશ્વાસ વાટે દાખલ થાય છે, એ અભિપ્રાય જરા પણ ખોટો નથી. માટે એવી હવાની શુદ્ધિ કરવાના ઉપાયો નિરંતર ચાલુ રાખવા એ બહુજ અગત્યની વાત છે. બ્રાહ્મણોની ધર્મ ક્રિયાઓમાં એવા ઉપાયો દાખલ કરવામાં આવેલા છે અને વૈશ્વદેવ તથા અગ્નિહોત્રીઓની આહુતિયો ધરની હવાને નિરંતર શુદ્ધ રાખે એમાં કાંઈ પણ શક નથી. પવિત્રતા, આચાર ચિચાર, અને હવાની શુદ્ધિની ધર્મ ક્રિયાઓ હવે નાશુદ થવા માંડી છે, તેથી ઘણી હાનિ છે. માટે એવી ક્રિયાઓ અવશ્યની છે, એમ ધર્મના કારણથી નહિ તો શરીરસંરક્ષણના કારણો લક્ષમાં લેતાં કહ્યા વિના ચાલશે નહિં.

આવી રીતે હવાની શુદ્ધિના નિરંતર ઉપાયો ચાલુ રાખવાથી હવામાંનાં મેલેરિયા જેવાં ટેટકાંક ઝેરી તત્ત્વો માણસને બાધ કરી શકતાં નથી. તેમ છતાં જ્યાં શરદનો તાવ અને મેલેરિયાનો ઉપદ્રવ જથ્થુ રહેતો હોય અથવા જેમનાં શરીર એવા તત્ત્વોના ધર થઈ રહ્યાં હોય, તેમને માટે હવે ઉપાયોનો વિચાર કરીએ. તાવના ચાક્ષતા ઉપચારો (દેશી તેમજ અંગ્રેજીમાં) મુખ્ય કરીને ક્વીનાઈન, ધતુરો, વછનાગ, સોમત્ર અને એવા જ ગુણુ ધર્મ ધરાવનારી બીજી ઘણીક યીજનો ઉપયોગ વિશેષ થતો.

જોવામાં આવે છે. ખરું છે કે એ દવાઓ તુરત કામ કરવા વાળી છે, અને તેથી તાવને પણ તુરત અંકુશમાં લાવે છે; તથાપિ ઝેર ઝેરનું કામ કર્યા વિના રહેશે નહિ; અને શરીરમાં તાવનું ઝેર કેટલું છે તેનું ચોક્કસ માપ થઈ શકવું કેવળ અશક્ય અને અસંભવિત છે અને તેથી તે તાવના પ્રતિકરણમાં ઉપર લખ્યા જે ઔષધો યોજવામાં આવે છે તે પ્રમાણથી વધી નહિ જાય તેની આપણી પાસે શું ખાતરી છે? અર્થાત્ તાવના આ ઉપાયોથી તાવ ઉતરે છે, પણ તેની જોડે ભય રહેલો છે; એટલું જ નહિ પણ અખાડાના બે ખેલાડીઓ દાવ પેચમાં જેમ ઝડ ઉતર થાય છે, તેમ આ તાવ અને તેને દબાવનારા ઉપાયોની ભડાઈમાં તાવ પગાળ્ય પામે છે ત્યાં સુધી તો તે દબાઈને સંતાઈ રહે છે, પણ જ્યારે તેનો દાવ આવે છે ત્યારે ફરી સ્વાર થઈ ચડી જોડે છે, માસિક જ્વર વાર્ષિક જ્વર અને એવા જ બીજા મુદતખંધા તાવના દરદીઓ આ વાતનો પુરાવો આપશે. ત્યારે આવા તાવો સારી રીતે નિર્ભય રીતે નિર્મૂળ થઈ શકે. એવા ઉપાયો છે કે નહિ? આર્યવેદક શાસ્ત્રમાં એવા પ્રયોગો પણ આપેલા છે અને અમોએ તે અજમાવી જોયેલા છે; કેવળ દિતકારી ઔષધોના આ પ્રયોગો છે. એક બાળકને ડરાવી, મારીને, મનાવવું તેના કરતાં તેને રીઝાવી, સમજાવીને, મનાવવું એ વધારે સારું છે. પહેલી ક્રિયા કરતાં બીજી ક્રિયામાં વખત વધારે લાગે છે, પણ બાળક હરતુ રમતું પ્રકુલ્લિત થતું સમજી જાય છે. તાવ જેવા વ્યાધિઓ મટાડવામાં એવા જ શમન અને શાંત ઉપાયોની જરૂર છે. પણ જેમ બાળકને મારી કુટી મનાવવાવાળી અથવા રોતાં રાખવાવાળી અર્ધિર્યવાન અને અજ્ઞાન માતાઓ શાંત ઉપાયોનો કદિ પણ આશ્રય લેતી નથી, તેવું જ દવાઓ દવા ખાનારો અને દવા વાપરનારાઓના સંબંધમાં સમજી લેવું. વૈદ્યોએ લોકોના હિતને વાસ્તે વિશેષ કરીને આવા દિતકારી પ્રયોગોના જ ઉપાયો યોજવા જોઈએ, અને માણસોએ પોતાના રોગને વાસ્તે અધીરા કે ઉતાવળા નહિ થતાં શાંત ઉપાયો અને એવા ઉપાયો કરનારા સહૃદયોનું જ શરણ લેવું એવી તેમને અમારી ભલામણ છે.



સ્વાભાવિક વેગો.

Natural Inclinations.

શરીરમાં તેર પ્રકારના સ્વાભાવિક વેગો થાય છે. તેનાં નામ:—
વાયુ, ઝાડો, પેસાળ, બગાસું, આંસુ, છીંક, ઓડકાર, ઉલટી, વીર્ય, ભુખ, તરસ, શ્વાસ, ઉંઘ. આ વેગો અથવા શરીરની હાજતો શરીરના સ્વાભાવિક ધર્મ છે, તેથી જો તેનો અટકાવ કરવામાં આવે તો તેથી નાના પ્રકારના વ્યાધિઓ થઈ આવે છે. આ હાજતોના સંબંધમાં આપણે બહુ જ બેદિકરા રહીએ છીએ, અને ભુખ, તરસ, નિંદ્રા, ઝાડો, પેસાળ, અને વાયુસ્ત્રાવ વગેરેનો અટકાવ કરી દાખી રાખીએ છીએ. “જરા રહીને જમશું અથવા કલાક પછી ઝાડે જઈશું તેથી શું થવાનું છે,” એવા આપણા વિચારો છે. આપણે આ વાતને નજીવી અને વજન વગરની ગણીએ છીએ; પણ તેમ નથી. એમ ભુખ કે ઝાડાને રોકી રાખવાથી તે અંદર ધણી ખરાબી કરે છે. ખરાબીનું મૂળ ન સમજાય એવી રીતે રોપાય છે અને વેગોને રોકવાની ટેવને લીધે તે ખરાબીમાં દિન પ્રતિ દિન વધારો થઈ પરિણામે એક મોટા રોગની ઉત્પત્તિ થાય છે. આમ છતાં એવા રોગોની ઉત્પત્તિનું કારણ આવા વેગોને રોકવાનું છે તે વાત આપણા જાણુવામાં આવતી નથી.

આ દરેક વેગને રોકવાથી કષા કયા વિકારો થાય છે તે આ નીચે સંક્ષેપમાં લખવામાં આવે છે.

વાયુ—અધોવાયુ રોકવાથી વાયુ, મળ તથા મુત્રનો પણ અટકાવ થાય છે અને જેમ ચોખ્ખા રાંધ્યાથી પુસે છે, તેમ પેટ પુસે છે, ગ્લાની થાય છે, અને પેટમાં વાયુની પીડા થાય છે.

મળ—ઝાડાનો વેગ રોકવાથી એટલે હાજતને અટકાવી રાખવાથી શૂળ તથા પેટમાં અવાજ થાય છે, આંતરડામાં આંકડી પેદા થાય છે, ઝાડો ઉતરતો નથી, ઉર્ધ્વવાયુ અથવા ઓડકાર બહુ આવે છે, અને કેટલીક વાર મોં વાટે મળ નીકળે છે.

મૂત્ર—પેસાળની હાજત રોકવાથી મૂત્રાશયમાં તથા શિશ્નમાં શૂળ નીકળે છે, પેસાળ મુશ્કેલીથી આવે છે, માથું દુખે છે, ગાત્ર શિથિલ

થાય છે અને સાથળમાં પીડા થાય છે.

બગાસાં—બગાસાંને અટકાવવાથી મન્યા તથા ગળાનો અવરોધ થાય છે, માથામાં વાયુનાં સણુકા થાય છે, અને આંખો, નાક, મોઢું, તથા કાન, એમાં રોગ પેદા થાય છે.

આંસુ—હૃવથી અથવા શોકથી આંસુ આવે તેને અટકાવી રાખવાથી માથામાં જડપણું, આંખનો બચકર રોગ તથા નાકનો પીનસ રોગ થાય છે.

છીંક—છીંક આવતી અટકાવી રાખવાથી મન્યાસ્તંભ, માથામાં શૂળ, અડધિયોવા' તથા આધાશીશીનો રોગ થાય છે ને ઇન્દ્રિયો દુર્બળ થાય છે.

ઝોડકાર—ઝોડકાર અટકાવવાથી, કંઠ પુરાઇ જાય છે, અત્યંત સણુકા, વાયુઆવનો અટકાવ, શ્વાસોશ્વાસની ક્રિયાનો અટકાવ, અને હૃદય તથા આમાશયમાં પીડા થાય છે.

ઉલટી—ઉલટીને રોકી રાખવાથી શરીરમાં એળ, અરૂચિ, વ્યંગ, સોજો, પાંડુ, તાવ, ચામડીના વિકાર, હૃલ્લાસ, અને રતવા એટલા વિકાર થાય છે.

શુક્રરોધ—મૈથુન સમયમાં વીર્યને સ્ખલિત થતું અટકાવી રાખવાથી ગુદા, મૂત્રાશય, તથા વ્રણભાંડોમાં સોજો તથા પીડા થાય છે, મૂત્રનો અટકાવ થાય છે, અને શુક્રાશ્મરી એટલે વીર્યની પથરી બંધાયોનો તથા વીર્યસ્રાવનો રોગ થાય છે.

શુધા—શુષ્કને અટકાવી રાખવાથી તંદ્રા, અંગમાં તોડ, અરૂચિ, શ્રમ, અને દૃષ્ટિનું તેજ મંદ થાય છે.

તૂળણા—તૂળણા એટલે તરસને મારવાથી કંઠમાં શોષ થાય છે, કાનની ઇન્દ્રિય મંદ પડે છે અને હૃદયમાં વ્યથા થાય છે.

નિદ્રા—જેઘએ એટલી ઉંઘ નહિ લેતાં ઉબગરો કરવાથી બગાસાં આવે છે, અંગ ભાંગે છે, નેત્ર તથા મસ્તકમાં જડપણું આવે છે, અને તંદ્રા ઉત્પન્ન થાય છે.

શ્વાસ—થાકેલો માણસ તેને ચડેલો શ્વાસ દબાવી બંધ રાખે તો હૃદયનો રોગ, મૂર્છા, તથા ગુદમ એટલે પેટમાં ગોટો ચડી આવે છે.

ઉપર પ્રમાણે સ્વાભાવિક વેગોને રોકી રાખવાથી નાના મોટા ધણા

એક રોગ જન્મ પામે છે. રોગની શરૂવાત નાનીજ હોય છે, આગળ જતાં વધારે થાય છે અને એ જ નાનો રોગ મોટો બનકર વ્યાધિ થઈ પડે છે, એટલું જ નહિ પણ બીજા અનેક ઉપદ્રવોનું પણ કારણ થાય છે.

આપણે આવી વાતોને નજીવી સમજી હસવામાં કાઢી નાંખીએ છીએ એ આપણી ભારે મોટી ભુલ છે. ખાવા પીવામાં, ઉંઘવામાં, અને મળ-મૂત્રના ત્યાગમાં આપણું અનિયમિતપણું, આળસ, અથવા બેદરકારપણું આપણને એક મોટી ખરાબીમાં દોરી જાય છે. વિનાશકારક સંગ્રહણીનો રોગ સાધારણ બ્રહ્મા કે મરડામાંથી જ થાય છે; ક્ષય જેવા અસાધ્ય વ્યાધિની પ્રથમ સાધારણ ઉદ્ભવસ્થી શરૂવાત થાય છે; સાધારણ અપચાની બેદરકારી રાખવાથી અને એવા અપચામાં ભારે ખાવાથી અજીરણનો દુખદાયક રોગ હમેશને માટે લાગુ પડે છે, અને હરસ, શૂળ, શુભ્મ વગેરે રોગો પણ એમાંથી જ ઉત્પન્ન થાય છે. એવી જ રીતે આ બધા વેગોનું રોકાણ થવાથી શરીરના દે.ષો (વ.ત-પીત-કફ) કોપ પામી પ્રથમ સાધારણ દરદ ઉત્પન્ન કરે છે અને પછી તેની સામે ટાંકેલા રોગોને જન્મ આપે છે. માટે શરીરના વેગો સ્વાભાવિક હોવાથી તેમની માગણીને તુરત આધીન થવાની જરૂર છે. બૂખ લાગે અને ખોરાકની માગણી થાય કે તુરત જમી લેવું જોઈએ. તૃષ્ણા લાગે કે તરત તેની શાંતિ કરવી જોઈએ. ઝાડાની હાજત થાય કે તેજ વખતે મળતો ત્યાગ કરવો જોઈએ. એવીજ રીતે બધા વેગોને માટે સમજી બેવાનું છે.

વનસ્પતિ વર્ણન.

The Vegetable Materia Medica.

(પાછલા અંકના પૃષ્ઠ ૧૧ નું અનુસંધાન.)

આંબળાં.

ઉપયોગ—પાછલા અંકમાં જણાવ્યા પ્રમાણે આંબળાં શરીરને બહારથી સ્વચ્છ કરવાનો પદાર્થ છે, એટલું જ નહિ, પણ શરીરની અંદર જઈને પણ તે શરીરના દોષોને દૂર કરી શરીરને નિર્મળ અને નિરોગી કરે છે. શીતળ હોવાથી તે શરીરની ગરમીને દૂર કરે છે; પિત્તશામક હો-

વાથી પિત્તના પ્રકોપને જ્ઞાત કરે છે; અમ્લ હોવાથી તે વાયુની ગતિ-
નો પણ અટકાવ કરી શકે છે; શોષક હોવાથી લોહીને સુધારી ત્વચાના સ્પ-
ષ્ટતા રાખીને મટાડી શકે છે; સારક ગુણને લીધે મળતો અવરોધ કરવાને
બહુ પ્રયત્ન કરે છે; પૌષ્ટિક હોવાથી શરીરની નબળાઈને દૂર કરે છે; ર-
સાયન ગુણને લીધે આંખનાં સર્વ વ્યાધિને મટાડીને નિરોગી કરી આયુ-
ષ્યમાં વધારો કરે છે આ સિવાય આંખ અને વાળ ઉપર તેની ધણી સારી
અસર જોવામાં આવી છે.

આંખનાં લોહનો મોટો ભાગ હોય એમ સમજાય છે; તેથી એકલું
લોહ જે નથી કરી શકતું તે કામ આંખનાં ગ્રંથિવા તેની સારી બનાવટો
ધણી સરસ રીતે કરી શકે છે. જે દુખળા દરદીના શરીરમાંથી લોહી કમી
થયું હોય અને ચહેરા શીકો પડી ગયો હોય તેને આંખનાં કોઈ પણ
સારી બનાવટ આપવાથી થોડા જ દિવસમાં તેના ચહેરાપર સારો ફેરફાર
માલમ પડશે. *લોહ અથવા ગળવેલ જ્યારે જાડો કળજ કરે છે, ત્યારે
આંખનાં જાડો સારી રીતે સાફ લાવે છે, એટલું જ નહિ, પણ ગળવેલ
ખાવામાં પરહેજ પાળી ધણી સંભાળ રાખવી પડે છે ત્યારે આંખનાં
આવી બનાવટોમાં એવી કાંઈ પણ પરહેજની જરૂર પડતી નથી.

આંખનાં જેમ શરીરમાં તાજું લોહી ભરે છે, તેમ તેમાં બગડેલ લોહીને
સુધારવાનો પણ સરસ ગુણ રહેલો છે. તેનો શોષક ગુણ એવો તો સરસ,
ચોક્કસ અને નિર્ભય છે કે, તેની કાંઈ પણ દવા ચોક્કસ વખતમાં બગડેલ
લોહીને સુધારે છે અને ચામડીના રોગો જેવા કે, એળ, લુખસ, ગુમડાં,
ચાકાં, ધારાને મટાડે છે, એટલું જ નહિ પણ શરીરનાં દુષ્ટ-પ્રણુ એટલે
બહુ બગડી ગયેલાં કચકચતાં ધારાં અને નાસુર જેવાં ભયંકર દરદો પણ
આંખનાં સેવનથી સારાં થઈ શકે છે. ધણી વિકારથી અને નિયમ વ-
ગરના ખાનપાનથી ધણીવાર શરીરમાં પિત્તનો કોપ થાય છે. આવા પિત્તના
પ્રકોપથી ચામડીના વ્યાધિ ઉપરાંત મંદાગ્નિ, જાડો, ઉલટી વગેરે રોગ પણ
લાગુ પડવાનો સંભવ છે. આ બધા રોગમાં આંખનાં સારાં છે. પિત્તની
ઉલટી અને સ્પષ્ટ તૃષા, આંખનાં સ્વરસ મધ તથા સાકર નાખી પી-
વાથી દવાય છે. આંખનાં, દ્રાક્ષ તથા સાકરનું પાણી કરી પીવામાં આવે

*. આંખનાં શોષી કાઢેલી બનાવટોમાં અમારું “જીવન” સર્વોત્તમ
છે, કેમકે તેમાં તાજું લોહી પેદા કરવાનો એવો તો સરસ ગુણ છે કે
ક્ષય જેવા વ્યાધિ પણ તેનાથી મટે છે.

તો ગમે એવી સખ્ત ઉઘટી બેસી જાય છે. અભ્યપિત્તનો વ્યાધિ, જેમાં દરદીને વારંવાર ઉલટીના કામળા આબ્યા કરે છે અને જે ધણે જ બચ-કર વ્યાધિ છે, તે અમારા “જીવન” ના સેવનથી સારી રીતે મટી શકે છે. આવા રોગોમાં દુધ જેવો હલકો ખોરાક જ લેવો જોઈએ. રક્ત-પિત્ત એટલે જે દરદમાં મોઢા વાટે, ઝાડા વાટે તેમ જ પેસાળમાં અને ના-કમાંથી લોહી પડ્યા કરે છે તે દરદ પ્રજ્વ આંખજાની કોઈ સારી બનાવટથી અને મુખ્ય કરીને અમારા “જીવન” ના સેવનથી સારું થઈ શકે છે. અજીર્ણનો રોગ જ્યારે શરીરમાં ધર કરે છે અને લંબાણે પડે છે ત્યારે મટાડવો કઠણ થાય છે તે રોગ પણ આંખજાની કોઈ સરસ બનાવટથી મટી શકે છે. પાંડુ હરસ અને ક્ષય રોગમાં પણ આંખજાનો ઉપયોગ સારો છે. અર્થાત્ જોટલા રોગમાં લોહી બગડે છે, લોહી ઓછું થાય છે અથવા લોહી વિકાર પામીને ઉલટી ઝાડા વગેરે દારોથી જવા માંડે છે, તે સર્વ રોગોમાં આંખજાનો ઉપયોગ ધણે જ સારો છે. જે સ્ત્રીઓને વારંવાર ક-સુવાવડ થાય છે તેમને મુખ્ય કરીને ગરમ અને પિત્તનો દોષ હોવો જો-ઈએ. આ દોષ પણ આંખજાના સેવનથી મટે છે અને કસુવાવડ થતી અટકે છે. ધાતુસ્ત્રાવ અને વીર્યપાતની ફરીયાદોમાં પણ પિત્ત પ્રકોપનું જ કારણ હોય છે, અને તેથી તેમાં પણ આંખજાના યોગવાળી દવાઓ જ વધારે સારી રીતે કામ કરી શકે છે. આંખના વ્યાધિમાં આંખજાં ખાવામાં તેમ જ તેનું પાણી આંખે છાંટવાના કામમાં સેવાય છે. આથી આંખની તથા મગજની ગરમી દબાય છે. વાળ કાળા કરવાના કલ્કો, કલેકો અને તેલોમાં આંખજાના મુખ્ય ઉપયોગ છે. સઘળાં માણસોએ અને મુખ્ય ક-રીને પિત્તપ્રકૃતિ અથવા પિત્તના દોષવાળાં મનુષ્યોએ હરકોઈ રૂપમાં આં-ખજાનું સેવન કરવું. સૂકા આંખજાનું ચૂરણ સાકરમાં, હરડાં, બેડાં અને આંખજાનું ચૂરણ સાકરમાં, આંખજાં, ગોખર અને ગળો સત્વનું ચૂરણ ધી સાકરમાં, આંખજાનો રસ અથવા ઉકાળો મધ તથા સાકરમાં, કોકમને ઠે-કાણે દાળમાં અને કેરી, લીંચુ, ગુદાં વગેરે અથાણની અવેજીમાં અથાણ તરીકે આંખજાનો ઉપયોગ કરવો એ તેના સહેજાનાં સહેલા અને સસ્તામાં મસ્તા ઉપાયો છે.

આંખજાના ઉપયોગનું સામાન્ય વિવેચન ઉપર કરવામાં આવેલું છે, પણ તે ઉપરથી આંખજાને શી રીતે ઉપયોગમાં લેવાં તેનો જોઈએ તેવો ખુલાસો મળી શકતો નથી; જેથી સામાન્ય લોકો પણ તેનો ઉપયોગ પો-

તાની મેળે કરી શકે એવા કેટલાક ઉપાયોની સાથે જુદા જુદા રોગમાં આંખોની કઈ કઈ બનાવટોનો કેવી રીતે ઉપયોગ કરવો તે હવે પછી લખવામાં આવશે.

શારીરિક શિક્ષા.

Physical Punishment.

બાલિકા એ બાલિકા કાંઈ નહિ પણ શારીરિક પાપની શારીરિક શિક્ષા છે. બૂલ કર્યા વિના કે પાપ કર્યા વિના શિક્ષા થાય જ નહિ. શિક્ષા બૂલના કે પાપના પ્રમાણમાં વધતી ઓછી થાય છે. મોટા પાપની મોટી શિક્ષા થાય છે તે નાના પાપની નાની શિક્ષા હોય છે. ન્યાય અને નીતિમાં પણ એજ નિયમ જોવામાં આવે છે. કદિ ન્યાયાધીશ અગ્નિ કે પક્ષપાતથી મોટા પાપવાળાને થોડી શિક્ષા અને નાના ગુન્હાવાળાને મોટી શિક્ષા કરાવવાને, પણ આ સૃષ્ટિનો સર્વજ્ઞ અને ન્યાયી ન્યાયાધીશ કે કુદરત ન્યાય કરવામાં કદિ ભૂલ કરે જ નહિ.

બૂલ અને ગદ્ગદ કરવાથી બાલિકા-રોગ થયો. રોગ થયો એ બૂલની શિક્ષા થઈ. બૂલતા પ્રમાણમાં એ શિક્ષા ભોગવવી પડે જ છે, જેમ ન્યાય નીતિનું ઉલ્લંઘન કરનારા ગુન્હેગારો પોતાનો બચાવ કરવા માટે વકીલો રાખે છે તેમ શારીરિક પાપ કરવા વાળા રોગી લોકો પોતાના બચાવ માટે ડાક્ટરોનો આશ્રય લે છે; વકીલ પોતાના અસીલનો બચાવ કરવાની બાંસીઓ શોધે છે અને ડાક્ટર પોતાના દરદીનો બચાવ કરવાના ઇલાજો અજમાવે છે. પણ શિક્ષાની મુદત ઓછી કે વધતી થવી એ ન્યાય આપનારના ન્યાયી અંતઃકરણ પર આધાર રાખે છે. જો ગુન્હો મોટો હોય છે તો વકીલ ગમે એટલો બચાવ કરે છે. તોમણ પ્રમાણિક ન્યાયાધીશ તેને યોગ્ય શિક્ષા કરાવે છે અને તેથી યોગ્ય સમય સુધી ગુન્હેગારને કેદની શિક્ષા ભોગવવી પડે છે. શારીરિક ગુન્હેગારોને માટે પણ એમ જ સમજવાનું છે,

ખરી હકીકત આમ છે, છતાં કેટલાક દરદીઓ આ વાતની ખરીકી સમજી શકતા નથી અને પોતાના વકીલ (ડાક્ટર કે વૈદ) ને આચક કર્યા કરે છે કે મને જલદી બચાવો; મોટી શીલો, પણ મારું દરદી તરત મક્ક-

ડો. પણ કુદરતે શિક્ષા નિર્માણ કરેલી હોય છે તેમાં ફેરફાર થઈ શકતો નથી. આ વાતનો ખરો ખુલાસો એ છે કે, જેમ જૂલ અને ગફલત મોટી થયેલી હોય છે, તેમ તેની શિક્ષા મોટી ભોમવવી પડે છે એટલે મોટી જુલ અને મોટી ગફલતથી વધી ગયેલાં અથવા જુનાં થઈ ગયેલાં દરદો યોગ્ય વખત સુધી ઉપાય કર્યા પહેલાં તરત મટે એવો સંભવ જ છે નહિ. સહેજસાજ ગુન્હાવાળાને એકાદ ફટકો મરાવીને કે એકાદ દિવસની કેદની શિક્ષા કરીને, કે થોડો દંડ કરીને છોડી દે છે. એવી જ રીતે બારે ખાવાથી પેટમાં અપચો થાય તો એક દિવસ અપવાસ કરવાથી કે સાધારણ ફાકી લેવાથી થોડા જ કલાકમાં અથવા એકાદ દિવસમાં અપચાના દુખાવામાંથી મુક્ત થઈ શકાય છે. પણ એ અપચાનો ઉપાય નહિ લેતાં ગફલત કરવામાં આવે અને વારંવાર અપચો થાય એવો ખોરાક લેવામાં આવે અથવા બારે મોટી જુલ કરવામાં આવે તો પેટનું દરદ વધી જાય છે (ગુન્હાનું સ્વરૂપ ગંભીર પ્રકારનું થાય છે) અને પછી એક જ ઉપવાસ અથવા એ જ શકી અથવા એટલી જ મુદત તેને માટે બસ થતી નથી. પછી તો તેણે વધારે મુદત સુધી શિક્ષા ભોગવવી જ જોઈએ, વૈદ્યપી વકીલ પાસે આંટા ખાવા જ જોઈએ; અને ડાક્ટર દવાપી ઉપાયો, સૂચનાઓ, અને સલાહો આપે છે, તોપણ દરદીની ઈચ્છા પ્રમાણે તેવાં દરદનો તુરત નિકાલ થઈ શકતો જ નથી; સંભવિત જ નથી. મુસાફરીનું સારું સાધન “રેલવે” છે. એ રેલવેના સાધનથી અમદાવાદથી મુંબઈ પહોંચવું હોય તો મેલટ્રેન ૨૪ કલાકમાં પહોંચાડે છે. તેને બદલે કોઈ એવી ઇચ્છા કરે કે હું ૪ કલાકમાં મુંબઈ પહોંચું, તો તે ઈચ્છા કદિ પણ ફળીભુત થતી નથી. આકાશમાર્ગે ઉડીને લઈ જનારા બલૂન જેવા અખતરાઓમાં ધણું જોખમ છે તે આપણે જાણીએ છીએ. વીજળી લાગુ કરવાથી રેલવે વધારે ઝડપથી ચાલે ખરી, અને ૨૪ ને બદલે ૧૨ કલાકમાં મુંબઈ પહોંચાડે, એવો સંભવ છે. પણ વીજળીનો અખતરો આ દેશમાં લાગુ નથી થયો ત્યાં સુધી એ ઉપાય પણ હમણા નકામો છે. તેમ વૈદ્ય વિદ્યાના હાલ સુધી જાણવામાં આવેલા સારામાં સારા ગોષ્ઠો અને ઉપાયોનો આશ્રય લીધા છતાં પણ જેમ અમદાવાદથી મુંબઈ ૪ કલાકમાં પહોંચવું અશક્ય છે, તેમ મોટાં દરદોને માટે જે યોગ્ય મુદત જોઈએ તેથી ઓછી મુદતની આતુરતામાં ફાંફાં મારનાર ઉતાવળીયા દરદીઓ ચોતાના વિચારમાં હાગાય છે, અને સારા થઈ જવાની જોડે ઉતાવળ અને આતુરતામાં તેમને કોઈ પણ વૈદ્ય કે ડાક્ટરપર વિશ્વાસ એસતો નથી. તેમણે સમજવું જોઈએ કે સરકારના કાયદાના બંધન-

માંથી છુટાવું નથી, ત્યારે કુદરતી કાયદો તો શી રીતે જ હોડે. એક કોર્ટનો મોટો કેસ લડવામાં કેટલી મુસીબત વેઠવી પડે છે, કેટલા વકીલ, બારીસ્ટરો રાખવા પડે છે, અરજીઓ, દસ્તાવેજો, પુરાવા, સાક્ષીઓ અને એવી બીજી કેવી કેવી ખટપટ કરવી પડે છે, તે કોઈથી અગ્નિવ્યુત નથી; ત્યારે મોટું દરદ એ તો જીવસંતાનો કેસ છે, તેમાં એથી પણ વિશેષ દ્રવ્ય વખત, શ્રમનો ભોગ આપવો પડે તો તેમાં આશ્ચર્ય થવાનું કંઈ પણ કારણ નથી. કોર્ટના મોટા કેસોના નિકાલ થતાં વરસોનાં વરસો નીકળી જાય છે અને કાંકરાની પેઠે પૈસાની ઉડાઉડ થાય છે. એટલું જ નહિ પણ એવા કેસોના લડનારાઓ સુખ કરીને ખેસવા પામતા નથી અને ખુવારના ખાટલા મળી જાય છે ત્યારે એક કેસનો લાભમાં કે ગેરલાભમાં નીકાલ આવે છે. તે જ પ્રમાણે હઠીલા દરદો પછવાડે પૈસાનો અને વખતનો ભોગ આપવા ઉપરાંત દરદીએ તેમ જ ધરનાં માણસોએ ઘણા પ્રકારની ચિંતા અને કાળજી સાથે પરિશ્રમ ઉઠાવવો પડે છે. દરદોના ઉપાયો દરદ ઉપર કંઈ કંઈ પ્રભુ કરે છે, પણ વખત ઉપાયોને આધીન નથી એ વાત દરેક દરદીએ લક્ષમાં રાખીને સારા વિશ્વાસપાત્ર વૈદની કે ડાક્ટરની દવા બહુ જ ધીરજ રાખીને કરવી જોઈએ. અને એમ કરતાં જ વખત લાગે તે તેના શારીરિક પાપની શિક્ષા છે, એમ તેણે આત્મીપૂર્વક સમજવું જોઈએ.

મરકી.

The Plague.

મરકીએ આ દેશમાં અને વિશેષે કરીને આ ઇલાકામાં બારે મહોટા કેર વરતાવ્યો છે. ગયા વર્ષમાં મુંબઈમાં જન્મ પામ્યા પછી આજ મુંબઈ માં તેણે ઘણાં સ્થળોની ભેટ લીધી છે અને ઘણા ભોગ લીધા છે. હાલુ તે તૃપ્ત થઈ નથી અને દિન પ્રતિદિન વધારે ને વધારે વિસ્તારમાં તે પોતાની પ્રાણહારક પાંખ પ્રસારે જાય છે. હિંદુસ્તાનના ખીજા ભાગોની પણ તેણે ભેટ લેવા માંડી છે અને આ દેશમાંથી તેનું કાળું મોં લાઇને જતા પહેલાં તે કેવડી મહોટી ખરાબી કરશે, તે કહી શકાતું નથી.

આ પ્રાણહારક પિશાચણીને વશ કરવાના ઉપાયો માટે ઘણું મથન કરવામાં આવે છે, પણ કોઈ ઉપાય હાય લાગતો નથી. ડા. હાંફીનની રસીમાં કાંઈક વશીકરણ હોય એવું મનાવા માંડ્યું છે. ઘણાંઓ કહે છે

કે તે એવી બધા છે, સારે મુજબનો પ્રસિદ્ધ અને પ્રમાણ લેવા લાયક ગા. બોની કહે છે કે તે રોગ મુદ્દલ એવી નથી. સરકાર તેને એવી રોગ માની આંખતા ઉપાયો લે છે. તે ઉપાયો ધણીવાર એવા સખ્ત હોય છે કે લોકો એ ઉપાયોને આધીન થવા કરતાં મરકીને આધીન થવામાં એણું દુઃખ માને છે.

આ રોગ શું છે તે જામાંથી ઉત્પન્ન થયો છે તે જ વિવાદની વાત છે. અનુમાનો સિવાય ચોક્કસ નિશ્ચય પર કોઈ પણ આવી શકતું નથી. ડાક્ટરો બહુ મથન કરે છે, અને વૈદોનું મળવું વિતંડાવાદના પરિણામમાં જ આવે, એવું મુજબના વૈદોએ બતાવી આપેલું છે. અમે ધારીએ છીએ કે આ રોગના નિદાન, લક્ષણ અને સ્વરૂપનો કોઈ આધાર નીકળશે તો તે દેશી વૈદક શાસ્ત્રના પ્રાચીન ગ્રંથોમાંથી જ નીકળશે. દેશી વૈદક શાસ્ત્ર અથવા આયુર્વેદ એ વ્યાધિ અને ઉપાયોનો મહાસાગર છે. એવો કોઈ રોગ નહિ હશે કે જેનું થોડું ઘણું પણ લક્ષણ આયુર્વેદમાંથી ન નીકળી શકે, આમ અમારું માનવું અને ધારવું છે દેશી વૈદકની પરીક્ષા થવાનો આ એક અવસર છે. વિદ્વાન વૈદોએ ખાલી વિતંડાવદમાં નહિ ઉતરતાં અને એતપોતાનું પાંડિત્ય નહિ ડાળતાં જે ખરું કર્તવ્ય છે તેનો વિચાર કરવો ઘટે છે. મુજબનું વૈદમંડળ થોડો ઘોંઘાટ કરીને પાછું કેમ મૌન્ય થઈ ગયું તે અમે સમજી શકતા નથી. મુજબની બહાર આ ઈલાકાના ખીજા ભાગોમાં પણ વિદ્વાન વૈદો છે, તેઓ પણ આ સંબંધી વિચાર કરતા હશે જ. મુજબના વૈદો વચ્ચે આ રોગ સંબંધી જે ચયા થઈ હતી, તેમાં એક પક્ષે તેને “અગ્નિરોહિણી” — નામ આપેલું છે. આયુર્વેદના “સુદ્ર” રોગોમાં “અગ્નિરોહિણી” નામ જોવામાં આવે છે અને અલ્પમત તેમાં લખેલી હકીકત આ મરકીના રોગનાં લક્ષણોને ધણી રીતે મળતી આવે છે. તથાપિ આ રોગ “અગ્નિરોહિણી” જ છે એવું કહેતાં પહેલાં આપણે કાંઈક સમય સુધી અટકીને તે વિષે વિશેષ શોધ અને વિચાર ચલાવવાની જરૂર છે, રોગનો ચોક્કસ નિર્ણય થયા પહેલાં તેના ઉપાયો ઉપર વિસ્તાર કરવો એ હકાપણ ભરેલું નથી. ખીજા બાજુ જેતાં ઘણી વખત ઉપાયો પોતે રોગનો નિર્ણય કરી આપે છે, માટે વિદ્વાનો અને અકલમંદોએ પોતાની અકલ એ દિશામાં પણ દોડાવવી જરૂરની છે. આ વિષયમાં વિદ્વાન વૈદો પોતાના અભિપ્રાયો અ પત્રદ્વારા અથવા ખીજા રીતે પ્રસિદ્ધ કરશે, એવી અમારી તેમને પ્રાર્થના છે. અમે ધારીએ છીએ આ રોગને માટે અજોડ દવાઓ કરતાં દેશી ઉપચારો વધારે અસરકારક થાય છે ને થશે જે વિષે આવતા અંકમાં કાંઈક વિચારો આપવામાં આવશે.

ચાલુ ચર્ચા.

Current Topics.

હિંદી “નેશનલકોન્ગ્રેસ” નો તૈરમો વાર્ષિક મહોત્સવ ધાર્યા કરતાં ઘણો વિજયી નીવડ્યો છે અને ઉમશવતી નગરી ખાતે એકઠા મળેલા હિન્દના હિતેચ્છુ વીરો અથવા અલંકાર ભરેલી ભાષામાં કહાંએ તો આ આર્યભૂમિના આધુનિક દેવો મુરેન્દ્ર (કલકત્તાના બાબુ મુરેન્દ્ર નાથ બેન-રજી,) શંકર (મદ્રાસના આનરેબલ શંકર નાથર,) વગેરે દિવ્ય પુરુષો પોત પોતાને આશ્રમે પાછા ફર્યા છે.

પુનાવાળા બનાવના સંબંધમાં આપણા જાણીતા સ્વદેશખંધ પ્રોફેસર ગોખલેએ માગેલી માફીથી દેશનો મોટો ભાગ તેના પર નાખુશ થયો-છે, અને કેટલાક તો પ્રો. ગોખલેના ખીજ સદ્ગુણો અને તેની સાયકીને વિસારી દઈ તેના આ એકજ કૃત્યને માટે તેનો તિરસ્કાર કરવા મંડી ચ-યા છે. પ્રો. ગોખલેએ હમણાં એક લાંબો પત્ર છપાવી પોતાના માફી પત્રના સંબંધમાં ખુલ્લા દિલથી ખુલાસો કરેલો છે. આ ખુલાસો, તેણે કરેલી જૂલનો સ્વીકાર, અને એક સાચા દેશભક્ત તરીકે તેણે પોતાના ખરા અંતઃકરણથી કાઢેલા ઉદ્ગારો તેના માફી પત્રની વાતને વિસારી દે-વાને બસ છે.

પ્રાચીન કાળનાં વિમાન અને પવનપાવડીની વાતોને આપણે અસં-ભવિત માની હસી કાઢીએ છીએ, ત્યારે ચાલતા જમાનાની શોધક બુદ્ધિએ એ વાંતોની સત્યતાના પ્રત્યક્ષ પુરાવા આવવા માંડેલા છે; અને જો કે તેઓ વિમાન અને પવનપાવડીના સંપૂર્ણ શોધને પામી શક્યા નથી, તો પણ એવા શોધો હાથ લાગવાનો સમય બહુ પાસે આવેલો લાગે છે. બલૂન (વિમાન) ના અપૂર્ણ પણે આશા જનક અખતરો આપણે પ્રત્યક્ષ જોયા છે, અને હમણાં એક વિદ્વાન એક એવું યંત્ર બનાવવાની તૈયારીમાં જણાવવામાં આવે છે કે જે યંત્રને કુંચી ચડાવવાથી તે પક્ષીની પેઠે આકા-શમાં ગતિ કરી શકે.

રસાયન વિદ્યાની ગુપ્ત અને અદ્ભુત શક્તિને છોડો હોય એવું માની શકાતું નથી. રસાયન શાસ્ત્રનું ડીંટું પણ નહિ જણવાવાળા આ દેશના

ધ્રુવ કીમીયાગરે અને તેમના મૂર્ખ ઉપાસકો પાયમાલ થઈ ગયા પણ કાંઈ પસો લાગ્યો નથી. ત્યારે અમેરિકાનો એક વિદ્વાન રસાયનશાસ્ત્રી રૂપામાંથી સોનું બનાવવાની કાંઈક કુંચી હાથ કરી શક્યાનું જાણાવે છે. રસાયન વિદ્યાવડે ધાતુઓનાં તત્વોનું પ્રયક્ષરણ કર્યો પછી આવું રૂપાન્તર થવું અસંભવિત નથી.

મુંબઈ શહેરમાં મરકીનું જોર પાછું ગયા વર્ષથી પણ વિશેષ વધી ગયું છે અને લોકોમાં ત્રાસ અને નાશ ભાગ થવા લાગેલ છે. આપણા વેપાર રોજગારની કુંચી મુંબઈ બંદર હોવાથી મુંબઈ શહેરને આફત એ આપ્યા દેશને આફત છે. ગયા વર્ષની મરકીથી મુંબઈનો વેપાર રોજગાર મંદ પડ્યો છે અને આ બીજી વારના મરકીના હુમલાથી મુંબઈનો વેપાર છેક ભાગી પડવાનો ભય ઉત્પન્ન થાય છે.

ડૉક્ટર હાફકીનની રસી વધારે પ્રતેહમંદીથી કામ કરે છે અને તેથી મરકીના હુમલામાંથી બચવાને માટે લોકોએ એ રસી નિર્ભયપણે પોતાના શરીરમાં મુકાવવી એવી ભલામણ થવા માંડી છે.

આ આફતના વર્ષમાં આસામમાં આજ સુધીમાં નાના મોટા લગભગ ૨૦૦ ધરતી કંપના આંચકા નોંધાયેલા છે. મલ્લાકા ટાપુમાંના આંબોયના બેટની રાજધાની ધરતી કંપથી નાશ પામી છે અને તે નાશમાં ૫૦ માણસોના જીવ ગયા છે અને લગભગ ૨૦૦ માણસો જખમી થયાં છે.

દુષ્કાળનું દુઃખ, મરકીનો મારો, સરહદ ઉપર ચાલતી લડાઈના બે-સુમાર ખર્ચનો બોજો, દેશી છાપા ઉપર આવેલી ધાડ, પુનાના સરદાર નાતુભાઈએ અને કેદખાતાની અધારી કોટડીમાં કળાં કૃત્યો કરવાવાળા કેદીઓની વચમાં ગીતાનો પાઠ કરતો આપણો માનવંતો ઑં મિ. તીલક, એ આજકાલની ચર્ચાના મુખ્ય વિષયો છે.

દુઃખવિના ખરેખરી કસોટી થતી નથી. આપણો દેશ અત્યારે ખરેખરી કસોટીએ ચડેલા છે. કિંમત પણ કસોટીએ ચડવાથી થાય છે. આર્ય-ખંડના લોકો કેવા ઉમદા લોકો છે તેની પરીક્ષા આપવાનો આ યોગ્ય અવસર છે. માટે પ્રજાએ સહનશીલતાનો જાતિ સ્વભાવ જાળવી રાખી સંપૂર્ણ વફાદારીથી સરકારને બતાવી આપવું કે આ દુનિયામાં નિર્ભય-પણે રાજ્ય કરી શકાય એવો જો કોઈ દેશ હોય તો તે આ હિંદ દેશ જ છે

ધાતુ શબ્દનો અર્થ તથા રૂધિર સંબંધી વિષયનો આરંભ.

ત एते शरीरधारणाद्धातव इत्यच्यन्ते ॥

तेषां क्षयवृत्ती शोणितनिमित्तेतस्मात्तदधिकृत्य वक्ष्यामः ॥

રસ આદિ પદાર્થો શરીરનું ધારણ કરે છે તેથી 'ધાતુઓ' કહેવાય છે. એ ધાતુઓના ક્ષયનો તથા વધારાનો આધાર લોહી ઉપર છે માટે હવે લોહી સંબંધી વિષયનો આરંભ કરીએ છીએ.

અગરેલા લોહીનાં તથા શુદ્ધ લોહીનાં લક્ષણો.

तत्र फेनिलमरूणं कृष्णं परुषं तनु शीघ्रगमस्कन्दि च वाते-
न दुष्टम् नीलं पीतं हरितंश्यावं विस्त्रमनिष्टं पिपीलिकामक्षि-
काणामस्कन्दिच पित्तदुष्टम् । गैरिकोदकप्रतीकाशं स्निग्धं शी-
तलं वहलं पिच्छिलं चिरस्त्रावि मांसपेशीप्रभंश्लेष्मदुष्टञ्च । स-
र्व्वलक्षणसंयुक्तं काञ्जिकाभं विशेषतो दुर्गन्धि च सन्निपातदु-
ष्टम् द्विदोषलिङ्गंसंस्पृष्टम् ।

વાયુથી અગરેલું લોહી ફીણવાળું, કાંઠક રાતું, પાકવા આવે ત્યારે કાળું, લુપ્તું, આછું, અડપથી ચાલનારું અને ઘાટાપણા વગરનું થાય છે.

પિત્તથી અગરેલું લોહી નીલ રંગવાળું, ખીળું, હરિત રંગવાળું, કાળું, કાચા પદાર્થના જેવા ગંધવાળું, કીડીઓને તથા માંખીઓને ગમે નહિ એવું અને ઘાટાપણા વગરનું થાય છે.

.કફથી અગરેલું લોહી ગેરના પાણી જેવું, સ્નિગ્ધ, ટાડું, ઘાટું પિ-
ચ્છિલ (ચીકાસવાળું), ઘણી વારે સ્ત્રવે એવું અને માંસની પીશી જેવું થાય છે.

વાત, પિત્ત અને કફ એ ત્રણે દોષોથી અગડયું હોય તો ઉપર કહેલાં સઘળાં લક્ષણોવાળું કાંઈ જેવું અને અત્યંત દુર્ગંધવાળું થાય છે.

એ દોષથી અગડયું હોય તો તેમાં એ દોષનાં લક્ષણો જેવામાં આવે છે.

નહિ અગરેલા લોહીનાં લક્ષણો.

इन्द्रगोपप्रतीकाशमसं तमविवर्णञ्च प्रकृतिस्थं जानीयात् ।

જો લોહી નહિ બમડતાં જેવું જોઇએ તેવું હોય તો એમાસાના થતા 'મેધના મામા' નામના લાલ કીડાના જેવા રંગવાળું હોય છે, બહુ ધાડું હોતું નથી અને વસ્ત્ર આદિ ઉપર લાગ્યું હોય તો ધોવાતાં છતાં પણ ધોતાના રંગને બદલાવતું નથી.

કેવાં માણસોનાં લોહીને સ્વાવધુ નહિ.

વિતાવ્યાન્યન્યત્ર વક્ષ્યામઃ । અથાઽવિસ્ત્રાવ્યાઃ સર્વાશ્વશો-
ફઃ ક્ષીણસ્યચામ્લભોજનનિમિત્તઃ પાણ્ડુરોગ્યર્શસોદરિશોષિગ-
ર્ભિણીનાશ્ચર્યથવઃ ॥

સ્વાવધા યોગ્ય લોહી વિષે ખીજ સ્થાનમાં (અષ્ટવિધ શસ્ત્રકર્મા ધ્યાય માં) કહીશું. જે માણસોનાં લોહી સ્વાવધાં નહિ જોઇએ તેઓ વીધે અહીં કહીએ છીએ. જેને સ્વધના શરીરમાં સોજ થયા હોય તે' જેને ખાડું બ-
મવાથી સોજે થયો હોય એનો ક્ષીણ માણસ, પાંડુ રોગવાળો, અરશવાળો ઉદરના રોગવાળો, શોષવાળો અને ગર્ભિણી સ્ત્રી એટલાં માણસોના સોજ-
આને સ્વાવધા નહિ.

લોહીને સ્વાવધા વિષે પ્રકાર તથા સાવચેતી.

તત્ર શસ્ત્રવિસ્ત્રાવણં દ્વિવિધં પ્રચ્છાનં શિરાવ્યધનञ्च । તત્ર
ઋજ્વ સક્કીર્ણ સૂક્ષ્મં સમમનવગાઢમનુત્તાનમાશુ ચ શસ્ત્રં પાત-
યેન્મર્મ્મ સિરાસ્ત્રાયુસન્ધીનાં ચાનુપધાતિ । તત્ર દુર્દિને દુર્વિદ્ધે
ક્ષીતવાતયોરોસ્વિન્નેઽમુક્તવતઃ સ્કન્નત્વાચ્છોણિતં ન સ્વત્યલ્પં વા-
સ્ત્રવતિ ॥

भवतिचात्र ॥ मदमूर्च्छाश्रमार्त्तानां वातविण्मूत्रसङ्किनाम् ।

निद्राभिभूतभीतानां नृणां नासृक् प्रवर्त्तते ॥

તદુષ્ટં શોણિતમનિર્હિયમાણંકણ્ડુશોફરાગદાક્ષ્ણિકજ્વરદના
જનયેત્ । અત્પુષ્ણાતિસ્વન્નાતિવિદ્ધેષ્વજ્ઞૈર્વિસ્ત્રાવિતમતિ પ્રવત્ત-
તે । તદતિપ્રવૃત્તં શિરોભિતાપમાન્ધ્યમધિમન્થં તિમિરપ્રાદુર્ભાવં

પાક્ષમારેપકં પક્ષાઘાતમેકાઙ્ગવિકારં તૃષ્ણાદાદ્યૈ રિક્તં કા-
સં ક્વાસંપાપ્તરોગં મરણં ચાપાદયતિ ।

ફાંચરૂં (છેરો) મારીને સ્વાવવું અને ફસ ખેલીને સ્વાવવું એમ
શસ્ત્રથી સ્વાવવું બે પ્રકારનું છે. ફાંચરૂં મારવું હોય તો જેનું મોઢોડું અ-
ત્યંત મોડું ન હોય એવા શસ્ત્રથી સરલ, વિશાલ, સરખી રેખાવાળું, દૂર
નહિ ઉતરેલું અને માંસનો કાંધક સ્પર્શ કરે એવું મારવું. ફાંચરૂં મારવાનું
જે શસ્ત્ર હોય તેથી શિરાઓને રનાયુઓને કે સાંધાઓને હરકત ન આવે
એવી રીતે ઝડપથી ક્રિયા કરવી. દિવસ વાદળાંઓથી ઘેરાએલો હોય, અ-
થવા અયોગ્ય રીતે ફાંચરૂં મારવામાં આવે, અથવા ટાઢ કે વાયુ પ્રબલ
હોય, અથવા રોગીને શેક વગેરે રવેદનની ક્રિયા ન કરી હોય, અથવા,
રોગીને જમાડયો ન હોય તો લોહી ધાડું હોવાને લીધે સ્વતું નથી અથ-
વા થોડું સ્વે છે.

આ વિષયના શ્લોકમાં કહ્યું છે કે ‘જે માણસો મદ્ય, મૂર્છાથી કે
અમથી પીડાએલ હોય, વાયુની વિષ્ટાની કે મૂત્રની અટકાયત વાળા હોય,
નિદ્રાથી ઘેરાએલા હોય કે બય પામેલા હોય તેઓનું લોહી સ્વતું નથી.

દુષ્ટ થએલું (ખગડેલું) લોહી જો સ્વાવીને કહાડવામાં ન આવે તો
ચળ, સોળ, અંગમાં રતાશ, પાકવું તથા વેદન એઓને ઉત્પન્ન કરે છે.
તેમજ અત્યંત ઉષ્ણ કાળમાં અથવા અત્યંત રવેદન કરીને અથવા અત્યંત
વીધીને પણ મૂર્ખ વૈદ્યો જો લોહીને સ્વાવેતો પણ લોહી બહુજ નીકળે
અને એવી રીતે જો લોહી બહુ નીકળે તો માથાનું શ્વલ, આંધળા-
પણું, અધિમંથની ઉત્પત્તિ તિમિરની ઉત્પત્તિ, ધાતુક્ષય, આક્ષેપકવાયુ ૧,
પક્ષઘાત, એક અંગમાં વિકાર, તરશ્ચ બળતરા, હેડકા ઉધરસ શ્વાસ તથા
ખાંડુ રોગ થાય છે અને મરણ પણ થઈ જાય છે.

લોહીને સ્વાવવાનો સમ્યગ્ચોગ તથા તેનાં કારણો.

भवन्तिचात्र । तस्मान्न शीतेनात्युष्णेनास्विन्ने नातितापिते ।

૧ પ્રકોપ પામેલો વાયુ સધળી ધમનીઓમાં આવી વારંવાર ચંચલ
થઈ હાથીના ઉપરની બેઠકની પેઠે માણસના શરીરને વારંવાર હલાવ્યા કરે
છે તે આક્ષેપક કેહેવાય છે.

યવામૂંપ્રતિપીતસ્ય શોણિતં મોક્ષયેદ્વિષ્ક ॥

સમ્યગ્ગત્વા યદા રક્તં સ્વયમેવાવતિષ્ઠતે ।

શુદ્ધં તદા વિજાનીયાત્સમ્યગ્વિસ્ત્રાવિતઃ તત્ ॥

લાઘવં વેદનાશાન્તિર્વ્યાધેર્વેગપરિક્ષયઃ ॥

સમ્યગ્વિસ્ત્રાવિતે લિઙ્ગં પ્રસાદો મનસસ્તથા ॥

ત્વગ્દોષા ગ્રન્થયઃ શોફા રોગાઃ શોણિતજાશ્ચ યે ।

રક્તમોક્ષણલાનાં ન ભવન્તિ કદાચન ॥

આ સ્થલના શ્લોકમાં કહ્યું છે કે—એટલા માટે અત્યંત શીત કાળ ન હોય, અત્યંત ઉષ્ણકાળ ન હોય, અત્યંત સ્વેદન ન કર્યું હોય અને સૂર્યની કિરણો આદિથી અત્યંત તાપ ન લાગ્યો હોય તે સમયે વૈદ્યે રોગીને માત્રાથી મગની ઘણી કણીઓવાળી રાખ પાછને તેનું લોહી સ્ત્રાવવું. જ્યારે લોહી નીકળીને સારી રીતે રાતા વર્ણવાળું થાય ત્યારે તેને શુદ્ધ થયું સમજવું. તેમજ જ્યારે સારી રીતે વહીને રાતું થએલું લોહી પોતાની મેળેજ અટકી જાય ત્યારે સારી રીતે સ્ત્રાવવાયું સમજવું હલકા પાણું, વેદનાની શાંતિ, વ્યાધિના વેગનો ક્ષય અને મનની પ્રસન્નતા એટલાં ચિન્હોથી પણ લોહીનું સારી રીતે સ્ત્રાવણ થયું સમજવું. જેઓ લોહીનું સ્ત્રાવણ કરાવવાનો અભ્યાસ રાખે છે તેઓને કાઠ લાખું તા હાથ વગેરે આમળીના દોષો, ગ્રંથિઓ, સોજાઓ અને લોહીના ખીગાડથી થનારા રતવા આદિ રોગો કદી પણ થતા નથી.

લોહી ન નીકળે તો તેને કાઢાડવાનો ઉપાય.

अथ खल्वप्रवर्त्तमाने रक्ते एलांशीतशिवकुष्ठतगरपाठा भद्र-
दारुविडङ्गचित्रकत्रिकटुकागारधूमहरिद्रार्काः रनक्तमालफलैर्यथा-
लाभं त्रिभिश्चतुर्भिः समस्तैर्वा चूर्णीकृतैः सर्षपतैललवणप्रगैर्द-
व्रणः खमघर्षयेदेवं सम्यक् प्रवर्त्तते ।

પણ કરયા છતાં પણ લોહી ન નીકળે તો એલચી, કપુર, કઠ, તગર, કાળી પાડ, તેલીઓ દેવદાર, વાવડીંગ, ચિત્રા, ત્રિકટુ, (સુંઠ મરી પીપળ) ધરના ધુવાડની ધુસ, હળદર, આકડાના અંકુર અને કરંજનાં ફળ એ સઘ-

ળાંઓનું અથવા એ સધળાં ન મળે તો એઓમાંનાં ત્રણ ચારનું ચૂર્ણ કરી તેને સરસીયા તેલમાં કાલવી તેથી ત્રણના મોઢોડાને ધસવું, એટલે એમ કરવાથી લોહી સારી રીતે નીકળવા લાગે છે.

લોહી જો અત્યંત નીકળવા લાગે તો તેને અટકાવવા

ના ઉપાયો તથા તેના સંબંધમાં ઉપચારો.

અથાતિપ્રત્તે રોધ્રમધુકપિયઙ્ગુપતઙ્ગૌરિકસર્જરસરસાઞ્જનશાલ્મ-
લીપુષ્પશઙ્ખયુક્તિમાષ યવગોધૂમચૂર્ણેઃ શનૈર્વ્રણમુશ્વમવચૂર્ણાઙ્ગુ-
લ્યગ્રેણાવપીડયેત્ । સાલસર્જાર્જ્જનારિમેદમેષશ્રૃઙ્ગધવધન્વનત્
ગિભર્વા ચૂર્ણિતાભિઃ ક્ષૌમેણ વા ધ્માપિતેન સમુદ્રફેનલાક્ષાચૂ-
ર્ણૈર્વા યથોક્તૈર્વ્રણવન્ધનદ્રવ્યૈર્ગાઢં બધ્રીયાત્ । શીતાચ્છાદનભો-
જનાગારૈઃ શીતૈઃ પરિષેકપ્રદેહૈશ્ચોપાચરેત્ ક્ષારેણાગ્નિના વા દ-
હેદ્યયોક્તવ્યધનાદનન્તરંવા તામેવાતિપ્રવૃત્તાં સિરાં વિધ્યેત્ ।
કાશોલ્લાદિકાથં વા શર્કરામધુમધુરં પાયયેત્ । ણહરિણોર ભ્ર-
શશમહિષવરાહાણાં વા રુધિરં ક્ષીરયૂષરસૈઃ સુક્તિગ્ધૈશ્ચાશ્મીયા-
બુપદ્રવાંશ્ચ યથાસ્વમુપાચરેત્ ।

भवन्तिचात्र । धातुक्षयान्प्रवृत्ते रक्ते मन्दः सञ्जायतेऽनलः ।

पवनश्च परं कोपं याति तस्मात्प्रयत्नतः ।

तन्नातिशीतैर्लघुभिः सिग्धैः शोणितवर्द्धनैः ।

ईषदम्लैरनम्लैर्वा भोजनैः समुपाचरेत् ॥

चतुर्विधं यदेतद्धि रूधिरस्य निवारणम् ।

सन्धानं स्कन्दनञ्चैव पाचनं दहनं तथा ।

व्रणं कषायः सन्धत्ते रक्तं स्कन्दयते हिमम् ।

तथा सम्पाचयेद्भस्म दाहः सङ्कोचयेत् सिराः ॥

अस्कन्दमाने रुधिरे सन्धानानि प्रयोजयेत् ।

सन्धाने अस्यमाने तु पाचनैः प्रयतेत समुपाचरेत् ।

કલ્પરેતૈસ્તિભિર્વેદ્ય પ્રયતેત યથાવિધિ ।

અસિદ્ધિમત્સુ ચૈતેષુ દાહઃ પરમ ઇષ્યતે ॥

લોહી જો અત્યંત નીકળ્યા કરે તો લોહર, જોડીમધ, ધડકાં, પતંગ, ગેર, રાજ, રસવંતી, શેમજાનાં ફુલ, ગંખ, છીપ, અડદ, જવ અને ધઉં એઓનું ચૂર્ણ ધીરે ધીરે વણુના મોહોડા ઉપર ભભરાવી આંગળીના અગ્રથી વણુના મોહોડાને દબાવવું; અથવા સાત નામનું ઝાડ, રામનું ઝાડ, આમુંદરો, મંધીયો ખેર, મરડાશીંગી, ધાવડો અને ધામણ એઓની છાલનું ચૂર્ણ કરી તે ચૂર્ણ ધીરે ધીરે વણુના મોહોડા ઉપર ભભરાવી આંગળીના અગ્રથી વણુનાં મોહોડાને દબાવવું; અથવા અતલસ બાળીને તેની ભસ્મ ધીરે ધીરે વણુના મોહોડા ઉપર ભભરાવી આંગળીના અગ્રથી વણુના મોહોડાને દબાવવું; અથવા સમુદ્રફીણ અને લાખ એઓનું ચૂર્ણ કરી ધીરે ધીરે વણુના મોહોડા ઉપર ભભરાવી આંગળી વને વણુના મોહોડાને દબાવવું; અથવા રેશમી વસ્ત્ર અને સુતરનાં વસ્ત્ર આદિ આયુર્વેદમાં કહેલા પાટાઓથી વણુના મુખને દઢ રીતે બાંધવું. શીતલ વસ્ત્રથી આચ્છાદન, શીતલ ભોજન, શીતલ ઘરમાં નિવાસ, શીતલ સેવન ને શીતલ જાડાં લેપન એઓથી પણ ઉપચાર કરવા, અથવા ક્ષારથી કે. અગ્નિથી દહન કરવું. નસ શાસ્ત્રોક્ત રીતે ખોલ્યા પછી અત્યંત વેહેવા લાગી હોય તો લોહીની ગતિને અટકાવવા સાર, પ્રથમ જે છેદ કર્યો હોય તેની નીચે નીચે ધીરે ધીરે બીજો છેદ કરવા અથવા કાકોલી^૧ આદિનો ક્વાથ કરી તેને સાકરથી અને મધથી મીઠો કરીને પાવો, અથવા કાળીઆર હરણુ, ઘેટાં, સસલાં, પાડ કે સુવર એઓનું લોહી પાવું. જેને લોહી બહુ નીકળ્યું હોય તે માણસ જો પિત પ્રકૃતિવાળો હોય અથવા તેને પિતથી બગડેલું લોહી બહુ નીકળ્યું હોય તો દુધથી ભીજવેલો ભાત ધીથી સારી પેઠે સિન્ધ કરીને ખવરાવવો; જો કફ પ્રકૃતિવાળો હોય અથવા તેને કફથી બગડેલું લોહી બહુ નીકળ્યું હોય તો મગના યુષથી^૨ ભીજવેલો

૧ કાકોલી અત્યંત દુર્લભ છે માટે તેને બદલે આસોદનાં મૂળવાપરવાં
૨ આઠ તોલા ભાર મગને એકસોં સત્યાવીશ તોલાભાર પાણીમાં પકવતાં એથા ભાગનું પાણી રહે ત્યારે એળી ગળી લઘુ-તેમાં ચાર તોલા ભાર દહિમનો રસ નાખી સૈંધવ સુંઠ તથા ધાણા નાખીને ઉપર પીપરનું તથા ઝરાનું ચૂર્ણ ભભરાવવું એટલે તે મગનોયુષ કેહેવાય છે (ભા. પ્ર.)

ધીથી સ્નિગ્ધ કરેલો ભાત ખવરાવવો; અને જો વાત પ્રકૃતિ હોય અથવા તેને વાયુથી બમડેલું લોહી મહુ નીકળ્યું હોય તો માંસના રસાથી બીભવેલો ધીથી સ્નિગ્ધ કરેલો ભાત ખવરાવવો; અને માથાનાં શૂળ આદિ જે ઉપદ્રવો થયા હોય તેઓના ઉપરતેઓને અનુસરતા ઉપચારો કરવા.

આ વિષયના શ્લોકમાં કહ્યું છે કે—લોહી સ્વભાવે પછી ધતુનાશયને લીધે અગ્નિ મંદ થઈ જાય છે અને પવન પ્રક્રોધ પામે છે એટલા માટે એવા પ્રસંગમાં અત્યંત શીતળ, હઠકાં, સ્નિગ્ધ અને લોહીને વધારનારાં કાંઈક ખાટાં (દાડીમ તથા આમળાંવાળાં) અથવા ખટાશ વગરનાં ભોજનોથી ઉપચાર કરવા પ્રયત્ન સાંધવો, લોહીને ધાડું કરવું પ્રયત્ન પકાવવો અને દાહ કરવો, એ ચાર પ્રકારથી લોહી અટકે છે. લોદર આદિ તુરિ આપધીઓના ચૂર્ણથી પ્રયુ સંધાય છે, શીતલ પદાર્થોથી લોહી ધાડું થઈ જાય છે, અતલસ આદિની ભસ્મથી પ્રયુ પાકે છે, અને દહન કરવાથી સિરાઓના સંકોચ થાય છે. શીતળ ઉપચાર આદિથી લોહી ધાડું ન થાય તો તુર પદાર્થોથી પ્રયુને સાંધવાની તજવીજ કરવી અને એ તજવીજ કામ ન લાગેતો ભસ્મથી પ્રયુનું પાચન કરવું. એ ત્રણ પ્રકારોથી યોગ્ય રીતે યત્ન કરતાં જો એ કોઈ પ્રકાર લાગુ ન પડે તો વૈધે પ્રયુનું દહન કરવારૂપ છેલ્લો ઉપાય કરવો.

લોહીને અત્યંત સ્વાવી નાખવાનો.

આમ્રહ નહિ રાખવા વિષે.

સશેષદોષ રૂધિરં ન વ્યાધિરતિવર્ત્તતે ।

સાવશેષે તતઃ સ્થેયં નતુ કુર્યાદતિક્રમમઃ ॥

દેહસ્ય રૂધિરં મૂલં રૂધિરણૈવ ધાર્યતે ।

તસ્માદ્યત્નેન સંરક્ષ્યં રક્તં જીવ ઇતિસ્થિતિઃ ॥

દુષ્ટ થએલું રૂધિર કાંઈક અવશેષ રહી જાય તો પણ વ્યાધિનો વધારો થતો નથી; એટલા માટે એવું લોહી કાંઈક અવશેષ રહી ગયું હોય તેટલા માંજ તેને સ્વાવવાથી અટકવું, પણ સધળું સ્વાવી નાખવાનો દુરામ્રહ કરવો નહિ. જે દુષ્ટ લોહી અવશેષ રહી ગયું હોય તેને પછી સંશ્લેષન આદિ ઉપાયોથી જીતવું. રૂધિરજ દેહનું મૂળ છે અને દેહનું ધારણ

રૂપિરથીજ થાયછે; તથા જે રૂપિર છે તેજ જીવનરૂપ છે એવી સ્થિતિ છે એટલા માટે વત્ત પૂર્વક રૂપિરનું રક્ષણ કરવું યોગ્ય છે.

લોહી સ્વાયતાં કાંઈક અવશેષ રાખ્યા
પછી કરવાની ક્રિયા.

સ્તુતરક્તસ્ય સેકાચૈઃ પીતઃ પ્રકુપિતેઽનિલે ।

શોફં સંતોદં કોષ્ણેજ સર્પિષા પરિષેચયેત્ ॥

જેના લોહીને સ્વાયત્તું હોય તે માણસનો પાન શીતસેચન આદિથી પ્રક્રમ પામતાં વ્યથાવાળા સોજાં થાય તેા તે સોજાપર ઘોડા ઘોડા ઉના થીથી સેચન કરવું.

इतिश्री सुश्रुतना सूत्रस्थाननो चौदसो अध्याय संपूर्ण.

પચ્ચદશોઽધ્યાયઃ ।

પદરમો અધ્યાય

अथतो दोषधातुमलक्षयवृद्धिविज्ञानरियमध्यायं व्याख्या-
स्यामः ।

હવે લોકોના કલ્યાણનો વાગ્ને 'દોષ ધાતુ મલ ક્ષય વૃદ્ધિ વિજ્ઞાની
ય,^૧ એ નામના અધ્યાયનું વ્યાખ્યાન કરીએ છીએ.
દોષ આદિનાં ક્ષય તથા વૃદ્ધિ કેહેવાનું કારણ.

दोषधातुमलमूलं हि शरीरं तस्मादेतेषां लक्षणमुच्यमानमु-
पधारय ।

દોષો, ધાતુઓ, ઉપધાતુઓ અને મળો શરીરનાં મૂળ રૂપ હોવાથી પ્રધાન છે એટલા માટે એઓનાં કામો કહીએ છીએ તે સાંભળો.

૧ દોષો, ધાતુઓ, મળો તથા ઉપધાતુઓ એઓના ક્ષયનું તથા વૃદ્ધિનું જ્ઞાન આપનારો.

અમદાવાદ “ગુજરાત આર્ય ઔષધ શાળા”નાં સા- ર્વજનિક ઉપયોગનાં લોક પ્રિય દેશી ઔષધો.

જીવન.

“જેનો સ્વભાવ જ જીવાડવાનો છે તે મારવાની ક્રિયા તો કદિ કરે જ નહિ.” “જેનો સ્વભાવ જ હિત કરવાવાળો છે, તે કોઈના અહિતમાં પ્રવર્તે જ નહિ.” આવા સુખકારક સ્વભાવવાળી કેવળ અમૃતરૂપ ઉત્તમ વનસ્પતિઓ તા મહાત્મા ઋષિઓએ યોજેલો અને બહોળા વપરાશ અને અનુભવથી સિદ્ધ થયેલો યોગ.

એજ આ અમારું “જીવન” છે.

રોગીને નિરોગી કરનાર, નિરોગીને આયુષ્ય બળબુદ્ધિ આપનાર, અ-
સાધ્ય સ્થિતિમાં પરોઢી ગયેલા રોગને પણ સાધ્ય કરનાર-ફાટી નીકળતા
રેપી રોગોમાંથી રક્ષણ કરનાર અને જીંદગીને બળવાની લાંબું આયુષ્ય
આપનાર- એવા જગતમાં જેને કોઈ પણ આપ્તાદ કિપાય હયાત હોય તો તે.

આ અમારું “જીવન” છે.

અમારું “જીવન” પ્રાચીન ઋષિઓના મહાન મગજે યોજેલો
એક દૈવી યોગ છે.

અમારું “જીવન” અર્વાચીન ધનવંતરી (અમારા શુભેચ્છક મહા-
ત્મા જંકુભદ્રજી) ની વિચક્ષણ શોધક બુદ્ધિએ શોધી કાઢેલા શાસ્ત્રના અનેક
આરોગ્ય દાયક દ્રવ્યોમાંનો એક ઉત્તમ કલ્પ છે.

અમારું “જીવન” સર્વના હિતને અર્થે જ છે-કોઈના અહિતમાં નથી.

અમારું “જીવન” સેવનારો રોગી રોગથી મુક્ત થાય છે, અને
નિરોગી રોગોના હુમલાઓથી બચા તનદુઃસ્તી ભરેલું લાંબું આયુષ્ય
પ્રાપ્ત કરવાને ભાગ્યશાળી થાય છે.

અમારું “જીવન” સેવનારાં પુરૂષો-સ્ત્રીઓ-વૃદ્ધો અને બાળકોની
ક્ષીણતા દુર થાય છે, શરીરમાં લોહી અને શક્તિ ભરાય છે, એટલું જ નહિ
પણ તેની સાથે બુદ્ધિ, સ્મૃતિ, ક્રાંતિ, વર્ણ, પસન્નતા અને સ્ત્રી વિશે હર્ષ
પ્રીતિની પ્રાપ્તિ થાય છે.

અમારું “જીવન” ક્ષીણ થયેલા બાળામાં ફરી જીવન (લોહી) બરે છે. પુરુષત્વ વિનાના પુરુષોમાં જીવન (પુરુષાત્ત્વ) સ્થાયી છે.

અમારું “જીવન” મુખ્ય કરીને નીચેના રોગોને મટે એક સર્વોત્તમ ઉપાય છે.

શોષરોગ એટલે લોહી, માંસ, હાડકાં વગેરે શરીરના રસો અને ધાતુઓ સોષાઈને મળતા તથા ક્ષીણ થતા હોય તે રોગમાં જ્યારે કોઈ પણ ખીજ દવા કાર્ય કરી શકતી નથી ત્યારે પણ “જીવન” તેવા મહારોગીને જીવાડવાને શક્તિવાન થાય છે.

શોષરોગ અસાધ્ય છતાં તેને “જીવન” નો વખતસર યોગ થાય તો તેના દરદીને પણ બચાર થઈ આવવાનો સંભવ થાય છે.

અન્નસપિત એ ક્ષયના જેવો જ મહારોગ છે. અજીર્ણ એ આ રોગની માતા છે. દરદીને ખાટી ઉલટીઓ થયા કરે છે; શરીર ગળતું બને છે. આ રોગવાળો રોગી ચોક્કસ પથ્થરી જીવનનું સેવન કરે તો અન્યુ તેની પાસે કંઈ પણ આવી શકે નહિ એવી અમો ખાત્રી આપીએ છીએ.

અજીર્ણ-પ્રકૃત (લીવર) ના નબળા પણાને લીધે તેમજ આંતરડાંના વિકારોને લીધે ધણાએક માણસોને અજીર્ણની આડાની અને આડાના કમળની નિરંતર ફરિયાદ હોય છે. અંગરેજોમાં જે રોગને “ડિસ્પેપ્સિયા” કહે છે એ રોગમાં જીવનનું યથારિધિ ચોક્કસ મુદત સુધી કરેલું સેવન એ કંટાળા બરેલા અને નિરંતરને મટે ધર કરી રહેલા વ્યધિતું નિકંદન કરી શકે છે.

પિત્ત વિકાર } પિત્તના તથા લોહીના ધણા વિકારોને “જીવન”
લોહી વિકાર } મટાડે છે. ખોટી ગરમી, લુખ્મસ, શીળસ, ગરુ-
મીનાં ગડગુમડ, વગેરે ચામડોના વિકારો, માથાની ગરમી, આંખની ગરમી,
મગજની નબળાઈ, નાશ પ.મેલી યાદશક્તિ, લોહી બિગાડ, લોહીનું કમી-
પણું, દિઝસ, પાંડુ, વગેરે ધણા એક રોગોને મટાડી શરીરમાં નવું શુદ્ધ
લોહી બરી દે છે.

ધાતુ વિકાર—પુરુષો તેમજ સ્ત્રીઓ અને નાનાં બાળકોને ધાતુ
સંબંધી ધણી ફરીયાદો થતી જોવામાં આવે છે. પ્રમેહ, પ્રદર (ધુપણી)
ધાતુઆવ, ધાતુક્ષીણતા, ધાતુની દુર્બળતા, ધાતુની ઉજ્યુતા, સ્વપ્નમાં ધાતુનો
પાત, પુરુષત્વની હીનતા, વગેરે ધાતુ અથવા વીર્ય સંબંધી સર્વ વિકારોને
જીતી ધાતુને સુધારી ઘટ કરી પુરુષમાં પુનઃજીવન (પુરુષાત્ત્વ) આપવારું
આ “જીવન” છે.

વૈદ્યકુલપત્ર.

વૈદ્યક સંબંધી ઉપયોગી વિષયો ચરચનાર

માસિક પત્ર.

A MONTHLY MEDICAL ADVISER.

પુસ્તક ૪ થું.

માર્ચ સને ૧૮૯૮.

અંક ૩ જો.

તંત્રી

વૈદ્ય જટાશંકર લીલાધર ત્રિવેદી

ગુજરાત આર્ય ઔષધશાળા

અમદાવાદ.

વિષયાનુક્રમ.

વિષય.	પૃષ્ઠ.	વિષય.	પૃષ્ઠ.
શુ. આપધાપચાર નકામા છે ?	૩૩	સ્ત્રિરોગચિકિત્સા,	... ૪૫
સ્ટિના અંત વિષે.	... ૩૮	ઉન્માદ.	... ૪૭
વનસ્પતિ વર્ણન	... ૪૧	બાળલગ્ન.	... ૧

અમદાવાદ—“પ્રજ્વળધું” પ્રીન્ટીંગ પ્રેસમાં મુદ્રાકિત કર્યું.

વાર્ષિક મૂલ્ય

પોસ્ટેજ સાથે રૂ. ૧. અગાઉથી. પાછળથી રૂ. ૧.૫૦.

(સર્વ હક સ્વાધિન.)

આહકોને સૂચના.

૧. “અલ્પચર્ય” એ નામનું પુસ્તક ખાસ અમારાં આહકોને લેકે આપવા માટે તૈયાર કરી છપવેલ છે. એ પુસ્તક તૈયાર થયું છે. યોપાનિયાના લવાજમ (ર. ૧૧) ની સાથે આ લેટના પુસ્તકના પોસ્ટેજ માટે અરખા આનો મોકલીને “અલ્પચર્ય” મંગાવી લેવું. લવાજમ અગાઉથી લેવાનો રીવાજ છે, અને વર્ષના આરંભમાં સર્વનાં લવાજમ આવી જવાની વકી છે; છતાં જેમનાં લવાજમ આવતાં વિનંત્ર થશે તેમને એકાદ માસ રાહ જોયા પાદ લવાજમના પૈસા ચડાવી લેટનું પુસ્તક વે. પે. મોકલી દેવામાં આવશે.

૨. અમારા હમેશના આહકો સિવાય બીજા પક્ષ જે જે ગૃહસ્થો તરફ આ યોપાનિયું મોકલવામાં આવે તેઓ તેનો સ્વીકાર કરશે એવી આશા છે. આ યોપાનિયું કેળવાયેલાં કુટુંબોમાં ઘણા જ પ્રેમથી વંચાય છે; તે હવે કહેવાની જરૂર નથી. શરીર સંરક્ષણની ખરી કિમ્મત નહિ કરવાળા જે લોકો તેના આહક થવાને ખુશી ન હોય તેઓએ અમોને વેળાસર સૂચના દરવા મહેરબાની કરવી.

૩. આ યોપાનિયા માટે લેખો લખવાને વૈદોને તેમ જ વૈદવિધાના શાખિનોને છુદ્ડ છે. જેઓ પોતાનો જાતિ અનુભવ લખી મોકલશે તેમનો ઉપકાર માનવામાં આવશે.

૪. આહકોને રોગ સંબંધી કે અમારા ધંધાને લગતી કંઈ પણ સલાહ જોઈતી હશે તે લખી મોકલાવામાં આવશે.

૫. પાંચ આહકો મેળવી આપનારને તેમ જ અમારી દવાશાળામાંથી દર વરસ પાંચ રૂ. ની કીમતની દવા મંગાવનારાઓને આ યોપાનિયું મફત વાંચવા માટે મોકલવામાં આવે છે.

૬. પત્ર બ્યવહાર કરનારાઓએ ઉત્તર માટે અરખા આનાની ટીકીટ અથવા પોસ્ટ કપાઈ મોકલી દેવું. તે વિના ઉત્તર આપવાનું અમોને પાસાય તેમ નથી.

વૈદ્યકદ્વપતર.

પુસ્તક ૪ થું.

માર્ચ સને ૧૮૯૮.

અંક ૩ જો.

શું ઔષધોપચાર નકામા છે ?

Is Medicine A Failure?

આવો પ્રશ્ન કરીને એક વિદ્વાન ડાક્ટરે તે વિશે કવકતાના “મન્ડિય ન મેડિકલ રેકર્ડ” માં જે વિચારો બતાવેલા છે, તે બેશક લક્ષમાં લેવા લાયક છે. તેમાં બતાવેલાં સર્વે સિદ્ધાન્તો સ્વીકાર કરવા જેવા છે કે નહિ, એ માત્ર બિનતાની બાબત છે; તથાપિ તેમાંની કેટલીક સુચનાઓ વૈદ્ય ખાતાના વિદ્વાનોને જ નહિ પણ નામાન્ય પ્રબળ સમજવા જેવી છે. એટલા માટે ત્યારે જો વિદ્વાનના વિચારોને સંક્ષિપ્ત સાર આ નીચે રજુ કરીએ છીએ:— તે શરવાત કરે છે કે:—

જીદગી રૂપી દીવો જાંબો પડી ગયો છે; પોષકતત્વકી તેલ લગભગ ખુટી જવા આવ્યું છે; આ જાંબી દુનિયાની આગવાસ એક છેવટનો દા-
બ્લિક હોજેસ કરીને તે દીવો (જીવ) હવે ખુઝાવાની તૈયારીમાં છે; આ અનિશ્ચિત કે.કાશને ટકાવી રાખવાનો વ્યર્થ પ્રયત્ન કરતાં કરતાં તે છેવટનો શ્વાસ લે છે; તેલનું છેલ્લું ટીપું બળી ગયું છે અને આ પૃથ્વી ઉપરના બીજા પ્રકાર પામતા દીવાઓ (જીવતાં પ્રાણીઓ) માં તે દીવો (જીવ) સદાને માટે બધ પડી જાય છે !

શું આ દીવાને જોલવાનો અટકવી ન શકાય ? પાગે કે દીવામાં તેલ પુરવામાં આવે અને આકાશમાંથી વાયુનો પ્રવાહ વધારવામાં આવે, તો તે દીવો એકવાર ફરી પ્રકાશિત ગ્રંથ મળવા ન માંડે ? આ પ્રશ્નનો દરેક માણસ સ્વભાવિકપણે એવો જ ઉત્તર આપશે કે તે ફરી પ્રકાશિત થઈ શકે. પણ આ પ્રમાણે થઈ શક્યું છે ? ભાગ્યે જ. આ વાત સંબંધિત હોય તો હજારો મોઢે જીવો નાશ પામી ગયા તે નાશ પામ્યા ન હોત. તેમના પ્રાણ બચાવવાને માટે જ જેના હાથમાં આવ્યા તે ઉપાયો અજમાવવામાં આ-

વેલા છે, તે ઉપાયો તેમને મારી નાખવામાં ઉદ્ધટા વિશેષ કરણ લુપ્ત થયેલા છે, એવા અભિપ્રાયનો નામાંકિત તખ્તીઓએ સ્વીકાર કરેલો છે.

આના અભિપ્રાયના થોડાએક દાખલા એક નાનકડા ચોપાનિયામાંથી હાથ લાગેલા છે. તે ચોપાનિયાનું નામ “આપણે માંદા હોવાથી આપણને ઝેર વડે શા માટે નહિ મારી નાખવા જોઈએ?” એવું છે. (“Why we should not be poisoned because we are sick?”). તે દાખલાઓ નીચે પ્રમાણે છે:—

હૉકિંગ્સ કહે છે કે.—“એક ધણા નાખીયા ડાક્ટરને એવું બોલતો મેં સાંભળ્યો છે કે, ‘સર્વથી ઉત્તમ ઔષધોપચાર અથવા ઉપાય એજ કે જે કાંઈ કાર્ય કરે નહિ; ખીજા નંખરતો ઉપાય એ કે જે થોડુંજ કાર્ય કરે.’ ખીજા શબ્દોમાં આ બોલવાનો ભાવાર્થ એ છે કે’, જો તમે તમારા દરદીને મારી નાખવા ઇચ્છતા હો તો તેને દવા પાત્રે.

ફ્રાન્સીસકૉગ્સવેલ (પોસ્ટન) એમ. ડી. કહે છે કે,—જો ઉત્તમ ધંધો મેં હાથમાં લીધો છે અને જેમાં ખીજા મારા વિદ્વાન પિત્રો પણ કામે લાગેલા છે તેમાંથી પાછો હઠવાને હું ઇચ્છતો નથી; તોપણ મારો દૃઢ અભિપ્રાય છુપાવી રાખવાને મારું અંતઃકરણ ના પાડે છે તે અભિપ્રાય એ છે કે, વૈદક ઉપાયોનો ચાલતો પ્રવાહ લક્ષમાં લેતાં વૈદકનો ધંધો લાભ કરતાં ધણોજ મ્હોટો ગેરલાભ કરવાવાળો છે; અને તે ધંધાને તદ્દન નાબુદ કરી નાખવામાં આવે તો માણસ જાતને અપાર લાભ થાય,”

આ ભાષા અને વિચાર બહુ સખ્ત છે. વૈદક ધંધો બંધ કરવાનો અભિપ્રાય નમાલો છે, કેમ કે જગતમાં ખાનગી ડૉક્ટર્સનું ઉભરાઈ ગયું છે.

જોન્હુ મેસનગૂડ એમ. ડી. એફ. આર. એસ. કહે છે.—વૈદકશાસ્ત્ર એ જંગલી વિદ્યા છે. (Jargon) અને આપણાં ઔષધની માણસ જાત ઉપર અનિશ્ચિત અસર છે, અને આ નિશ્ચિત અસર તો નક્કી છે કે, લડાઇઓ, મરકીઓ અને દુકાળોએ જે વિનાશ કરેલો છે તેના કરતાં દવાઓએ વધારે નાશ કરેલો છે.”

લડાઇઓએ જે ધાણ કાઢ્યો છે અને આપણાજ દેશમાં હમણાં લડાઈ, મરકી અને દુકાળને લીધે પ્રાણીઓના જીવની જે હાનિ થાય છે તેની સાથે સરખાવતાં જોન્હુ મેસનગૂડનું બોલવું બેશક અતિશયોક્તિ બરેલું છે. પણ એ અતિશયોક્તિ બરેલું બોલવું એવું સૂચવે છે કે, વૈદકના ધંધામાં અને દવાના ઉપચારમાં જોખમ ધણુંજ રહેલું છે.

જેમ્સ જેન્સન એમ. ડી. એફ. આર. એસ. કહે છે:-મારા અંતઃકરણના નિશ્ચયથી અને લાંબા અનુભવ અને વિચારથી હું જાહેર કરું છું કે જો દુનિયામાં એક પણ વૈદ (તબીબ-ડાક્ટર) શસ્ત્ર વૈદ, પ્રસવ વૈદ, રસાયન શાસ્ત્રી, અને ઔષધો ન હોય તો વ્યાધિ અને મૃત્યુનું પ્રમાણ હમણાં કરતાં થોડું આવે. ”

આ લખાણ આપણે દમ કહાડી નાખે એવું છે ! પણ આ નીચેના અભિપ્રાય વાંચો ! તે અભિપ્રાયને તીક્ષ્ણ ધાર છે !

એમરનેથી કહે છે કે, “ પાછલા સમયમાં વેધકનો વધો કરવાવાળા માણસોનો ધણો વધારો થયો છે; પણ હું સોગન ખાઈને કહું છું કે, “ વ્યાધિઓ પણ પ્રમાણમાં વધ્યા છે. ” આ વિચાર એમ સુચવે છે કે, ધંધાની ચડસા ચડસી અને ઓછી શીતે લીધે દવાઓ વધારે જથ્થામાં વપરાવા માંડી છે અને તેથી રોગના કેસોની સંખ્યા વધી ગઈ છે.

ડૉ. બેઈલી—પ્રસિદ્ધ ડૉ. બેઈલી ચાળીસ વર્ષના અનુભવ પછી જાહેર કરે છે કે, “ દવાઓ ઉપર મને કાંઈ પણ વિશ્વાસ નથી. ” પોતાના ધંધામાં થોડા વર્ષ સુધી અનુભવ લીધા પછી દરેક વેધ (પ્રીઝીસ્ચન) આવા મત ઉપર આવે છે.

આ ઉપલેખ નામાંકિત નાડિવેધ ડૉક્ટર બેઈલી પોતાની મગજ પથારીપર એટલે સુધી પણ બોલ્યો હતો કે, “ મેં જેટલાં દરદીઓને બચાવ્યાં છે તેના કરતાં વધારે દરદીઓને માર્યા હશે કે નહિ તેનો મને શક છે. ”

એમ. મેગન્ડી કરીને ફ્રાન્સનો પ્રસિદ્ધ તબીબ પોતાના શિષ્યોને વ્યવસ્થાન આપતાં આ પ્રમાણે બોલે છે; “ ભાઈઓ, દવાઓ એ એક મોટું હંમગું (બોપાળું-ખોટારું) છે. દવાઓ વિષે જગતમાં કાંઈપણ કેણુ જ્ઞાણ છે? શરૂવાતમાં હવે હું તમને ખુલ્લા દિલથી કહું છું કે, દવાઓ વિષે હું કાંઈ જાણતો નથી, અને આ જગતમાં એ વિષે કોઈ કાંઈ જાણે છે કે નહિ તે પણ હું જાણતો નથી. હું ફરીથી કહું છું કે દવાઓ વિષે કોઈ પણ માણસ કાંઈપણ જ્ઞાન ધરાવતો નથી ! માથાનો રોગ સંધીવા, અથવા હૃદયનો રોગ શી રીતે મટાડવો, તે કોણ કહી શકનાર છે? કોઈ કહી શકે એમ નથી. અરે તમે મને કહો છો કે ડૉક્ટરો લોકોને સારા કરે છે. હું કમુન કરું છું કે લોકો સારા થાય છે, પણ તેઓને કેવી રીતે સારા કરવામાં આવે છે? ગૃ સ્થો, તેમાં કુદરત ધણું કામ કરે છે.

તર્ક શક્તિ ધણું કામ કરે છે; ડાક્ટરો જ્યારે કાંઈ હાનિ નથી કરતા ત્યારે થોડો જ બગાડ કરે છે. ”

ડાક્ટર મેજે-ડીના અભિપ્રાયને બીજા પણ હાલના ધણા ડાક્ટરો મળતા આવે છે. દવા પેટમાં ગઈ કે તે ઝેરની પેડે ક્રિયા કરવા માંડે છે. શરીરના વ્યાધિને હાંકી કાઢવામાં કુદરતની ક્રિયા તો ચાલતી જ હોય છે, તેમાં આ દવા રૂપી દુસ્મન ઉલટો તેના કામમાં અંતરાય થઈને આડો આવે છે. હવે તેને બે કામ કરવાં પડે છે. એક શરીરના વ્યાધિનું ઝેર બહાર કાઢવાનું કામ અને બીજું દવાનું ઝેર કાઢી નાખવાનું કામ. આવી બે બાબતોની ક્રિયાઓમાં દરદીની શક્તિ હણાઈ જાય છે, અને કદિ તે એકદમ મરતો નથી, તો પણ દવા લીધા પહેલાં તે જે સ્થિતિમાં હતો તેના કરતાં તેની વધારે ખરાબ હાલત થઈ પડે છે;

દરદી બિચારો મંદવાડની પથારીએ પડેલો છે ! તેની પાસે તેની રડતી સ્ત્રી બેઠી છે, અને છેલ્લા શ્વસની સાથે રડાપીડ કરવાને માટે તૈયાર થઈ રહેલી છે; બીજા બાબતુ તેનો ભાઈ ચિંતાતુર ચહેરે ઉભેલો છે; બીજાં સગાંઓ અને મિત્રો દલગીરીની ગમગીનીમાં પથારીને ઘેરી બેઠાં છે; સાચા સ્નેહવાળી માતાના હોઠ પુત્રના રક્ષણ માટે ઈશ્વરની આરધનમાં કામે લાગેલા છે; અને દરદીના ડાક્ટર સહુ જ ગંભીર, અને ગમગણેલા ચેહરે દરદીને બચાવવાના વિચારમાં ઉંડા ઉતરી ગયા છે. ડાક્ટર એમ ધારતા જણાય છે કે તે તેનાથી બનતું બધું કરી ચૂક્યા છે અને હવે શું કરવું તેને માટે ગુંચવણમાં પડી ગયા છે. ડાક્ટર હજી એકવાર દવા અજમાવે છે; એ દવા કુદરતને ફરી ઉશ્કેરે છે, અને દરદીનું બાકી રહેલું થોડું ધણું જીવન ગંતવ્યમાં આવી પડે છે ! ઘણા કેસોમાં આવા બનાવ બને છે.

ચામુકના સખ્ત મારથી ચલાવેલા અને અંતે થાકી મરવા પડેલા ઘોડાના જેવી દરદીની દશા થાય છે ! ઘોડાને ચામુકના મારથી ચલાવતાં તે બિચારો મારના ભયથી પોતાની શક્તિ ઉપરાંત ગતિ કરે છે, પણ થોડાજ વખતમાં ગતિ અટકે છે અને ફરી કામમાં ન આવે એવી રીતે તુટી જઈ મરવા પડે છે. જો એજ ઘોડાને તેની શક્તિ પ્રમાણે ચાલવા અને કામ કરવા દેવામાં આવે તો તે ધારેલે ઠેકાણે લઈ જાય છે અને ફરી પણ પાછો કામમાં આવે છે, એવીજ રીતે આપણા શરીરની અંદર ક્રિયા કરતી શક્તિને માટે સુમજવું જોઈએ. આ કુદરતી શક્તિપર જોઈએ

તે કરતાં વિશેષ દબાણ થાય છે, તો તે શક્તિ બમણા જોરથી કામ કરવા માંડે છે, પણ એવા કૃત્રિમ બળ વડે વધારવામાં આવેલી ગતિ પાછી એટલાજ જોરથી ધીમી પડે છે અને આ પ્રમાણે સ્વાભાવિક શક્તિના સમાનપણા (Balance of Equilibrium) માં વારંવાર વૃદ્ધિ તથા -હાસ થવાથી પરિણામે એ સ્વાભાવિક શક્તિ નાશ પામે છે.

આ પ્રમાણે દવાઓની ઘણી ધાલમેલ કુદરતી ક્રિયામાં આડી આવે છે. આ કુદરતી ક્રિયા તે શું તે જાણવાની જરૂર છે. આપણી આસપાસના વાતાવરણમાં પ્રાણવાયુ (oxygen) કરીને હવા છે, તે હવાજ પ્રાણી તથા વનસ્પતિનું જીવન છે. આ પ્રાણવાયુ આપણા શરીરને જોઈએ એટલા પ્રમાણમાં અને જોઈએ એવી સ્વચ્છ હાલતમાં પુરો પડી શકે તો શરીરમાં જે નવા પ્રકારના રોગ થાય છે તે થવા પામે નહિ. કુદરતની આ બક્ષીસ પુષ્કળ જથ્થામાં વાતાવરણમાં જોવામાં આવે છે અને પ્રાણીઓ શ્વાસોશ્વાસ દ્વારાએ પ્રાણવાયુને શરીરની અંદર લે છે. આથી કરીને શરીરને તાજું જીવન મળતું રહે છે. વળી આ પ્રાણવાયુ શરીરમાં જઈને બીજા બીજા અને પ્રાણુ દારક પદાર્થોને દુર કરી શરીરમાંથી બહાર કાઢી નાખે છે. માટે માંદાં માણસોને માટે આ વાયુ સૈથી અગત્યની દવા છે. પ્રાણવાયુ જે કામ કરી આપે છે તે કામ કેઈ પણ દવા કરી શકતી નથી. બીજી અગત્યની ચીજ “ અજવાળું ” છે અને ત્રીજી અગત્યની વસ્તુ “ ખોરાક ” છે. આ ત્રણ વસ્તુ યોગ્ય પ્રમાણમાં અને સારી હાલતમાં મળી શકે તો દવાઓની શીશીઓ અને પડીકાંઓની જરૂર પડશે નહિ. શરીરમાં હાલવા ચાલવાની ગતિ, શક્તિ, અને કામ કરવાની અથવા જે શક્તિ વડે આ શરીર ક્રિયા કર્યું કરે છે તે શક્તિ શું છે? તે એક પ્રકારની બીજાળી છે અને તે બીજાળી પેદા કરનાર પ્રાણવાયુ (ઓક્સીજન) છે.

આ પ્રમાણે આ અને બીજા કેટલાક વિદ્વાનો ઔપધોના બહુ વપરાશને નુકસાન કારક ગણી કુદરતી ક્રિયા પર આધાર રાખવાની ભલામણ કરે છે. આ અભિપ્રાયમાં કેટલીક સત્યતા છે. દવાઓ કાંઈ કામ નથી કરતી એમ કહેવું એ તો દેખાતું જોડું છે. દવાઓ કામ કરે છે અને કેટલીક વખત બીજાળીની ગતિથી કામ કરે છે, તે આપણે નજરે જોઈએ છીએ. તથાપિ અમે પોતે પણ એક કરતાં વધારે વખત જણાવી ગયા છીએ કે દવાઓ શરીરમાં જઈને શું શું ક્રિયા કરે છે, ને તે ક્રિયા એકંદરે જીંદગીને કેટલે દરજે ફાયદા કારક છે ને કેટલે દરજે જીંદગીને

જોખમમાં નાખે છે તે કહેતાને કોઈ સમઘે નથી. વાસ્તે દવાઓનો જેમ બને તેમ થોડો ઉપયોગ કરવો અને જે ઉપયોગ કરવો તે પણ ઉત્તમ જીવિતને આપવાવાળી એટલે ઉપલા ડાક્ટરના અભિપ્રાય પ્રમાણે પ્રાણવાયુ (ઓક્સીજન) ને મદદ કરે એવી દવાઓનો નિશેષ ઉપયોગ કરવો. લોકાના હિતને માટે આ વાત ડાક્ટરોએ તેમજ વૈદ્યોએ લક્ષમાં રાખવી જોઈએ છીએ, અને જેમ જેની નજરમાં આવે તેમ દવાઓનો વપરશ થવા માંડેલો છે તેના પર કાંઈક અંકુશ મુકવો જોઈએ. જગતમાં દવાઓની વૃદ્ધિ સાથે મરણોની વૃદ્ધિ થઈ છે એવો જે અભિપ્રાય પડે છે તે અભિપ્રાયમાં કાંઈક પણ સત્ય રહેલું છે, એમ કહ્યા વિના આલડું નથી.

સૃષ્ટિના અંત વિષે.

The End of the Creation.

પૃથ્વીપરની ઘણી જાતો તેમનાં ધર્મ પુસ્તકોને આધારે એવો મત ધરાવે છે કે જે પૃથ્વીપર આપણે વસીએ છીએ તે પૃથ્વીનો એટલે તેપર વસનારાં પ્રાણીઓનો એક વખત અંત આવશે. કેટલાક લોકો પોતાના પુસ્તકોને આધારે એવી પણ ચોક્કસ ગણતરી કરે છે કે, પૃથ્વીનો અંત ચોક્કસ વખતે આવશે. આ લખાણોની ભાષા એવી ભેદ ભરેલી હોય છે કે તેનો સામાન્ય રીતે જે અર્થ માની લેવામાં આવે છે, તેવો તેનો અર્થ હોતો નથી. તેથી એવા અર્થ ઉપર ફરવામાં આવતી ગણતરીઓ ખરી પડતી નથી. અને તેથી એ ધર્મ પુસ્તકોના માનવા વાળાઓ પણ એવી ગણતરીઓ ઉપર ઝાઝું વજન આપવા ના પાડે છે. બીજી તરફથી ગણતરીને બાજુપર મુકતાં પૃથ્વીના અંત વિષે જે વિચારો આપવામાં આવે છે, તેને વિદ્યાના આધારથી પણ કાંઈક ટેકો મળે છે. પૃથ્વીનો અંત કેવી રીતે આવી શકે અથવા તેનો અંત લાવનારાં સંભવિત કારણો કેવાં હોવાં જોઈએ, તે ઉપર વિચારો કરીને વિદ્વાનોએ તેનો ખુલાસો બહાર પાડેલો છે.

કેળવાયેલો વર્ગ આ વાતથી સારી રીતે જાણીતો છે કે પ્રાણીમાત્રના પ્રાણીની હયાતી માટે અપણી આસપાસના વાતાવરણમાં પ્રાણવાયુ (ઓક્સીજન) નામના પદાર્થની જરૂર છે. જ્યાં સુધી આપણી આસપાસના વાતાવરણમાં આ પ્રાણવાયુની ઓછા વધતા પ્રમાણમાં પણ હયાતી છે, ત્યાં સુધી

આ પૃથ્વી પ્રાણી વગરની થવનો સંભવ નથી. પ્રાણવાયુની હયાતી વિના પ્રાણીઓ જીવે નહિ. આ વાત રસાયન વિદ્યાના બળથી સારી રીતે સિદ્ધ થયેલી છે. પૃથ્વી ઉપરના વાતાવરણમાં આ પ્રાણવાયુ કેટલા જથામાં છે, એ જથ્થો ક્યાં સુધી ચાલી શકે એટલો છે, અને એ વાયુ ઓછો થવાનાં શું શું કારણો લાગુ પડેલાં છે, એ બધી ગણતરી ઉપરથી વિદ્વાનો પૃથ્વીના અંત વિષેનાં અનુમાનો બાંધવાને શક્તિવાન થાય છે.

અમેરિકામાં ઈનેડો પ્રાંતના ટોરોન્ટો શહેર મધ્યે સન ૧૮૯૭ ના સપ્ટેમ્બર મહીનામાં બ્રિટિશ એસોશિએશનની આગેવાની નીચે એકત્ર મળેલા વિદ્વાનોના એક મેત્રાવડાના આગળ નામીયા અંગ્રેજ રસાયનશાસ્ત્રી લૉર્ડ-કેલ્વીને આપેલું બાપણુ આ વિષયપર દીક અજવાળું પાડે છે. તે વિદ્વાન એવું મત ધરાવે છે કે, પૃથ્વીની હયાતીના આરંભમાં વાતાવરણમાં નિર્મળ “પ્રાણવાયુ” હોવાનો સંભવ નહિ હોવો જોઈએ. તે વખતે પૃથ્વી ધગધગતા અગ્નિનો ગોળો હતો અને પૃથ્વીની એવી સ્થિતિમાં તે ઉપર વનસ્પતિ ઉગી શકે એમ નહિ હોવાથી પૃથ્વીપર નિર્મળ ઓક્સીજન (પ્રાણવાયુ) ની હયાતી સંભવિત નથી.” રસાયન વિદ્યા વડે આ વાત સિદ્ધ થયેલી છે; એટલે કે બળતું કરવામાં આવે છે ત્યારે બળતણ તરીકે વાપરવામાં આવતા કોયલા અથવા લાકડાની અંદરનું કોયલાનું તત્વ તથા હવા એ બે સાથે મળે છે ત્યારે તેમાંથી “કાર્બોનિક એસીડ ગેસ” નામની એક મિશ્ર ઝેરી હવા ઉત્પન્ન થાય છે આ હવા પ્રથ્વી ઉપરનાં પ્રાણીઓનો પ્રાણ લેવાની શક્તિ ધરાવે છે. સૃષ્ટિની અદ્ભુત રચનામાં આપણે બળતા વિના ચલવી શકતા નથી, જેથી એ બળતાં વડે આ ઝેરી ગ્યાસ તો સદા ઉત્પન્ન થયાજ કરવાની અને કૃપાળુ કુદરતે જો તેનો પ્રતિકાર ન કર્યો હોત તો આ પ્રથ્વીપર પ્રાણીઓ હયાતીમાં રહી શકત નહિ. કાર્બોનિક એસીડ ગ્યાસનો ઉપદ્રવ ઓછો કરી નાખવા માટે કુદરતે જે ગોઠવણ કરી છે, તે એ છે કે, આ ઝેરી હવાનું આકર્ષણ કરવાની શક્તિ વનસ્પતિમાં મુકેલી છે. તમામ વનસ્પતિ આ ઝેરી ગ્યાસને પોતામાં ખેંચી લે છે. સુર્યની રોશનીની મદદ વડે તે મહેના કાલસાનું તત્વ વનસ્પતિમાં મળી જાય છે, અને એમો પ્રાણવાયુ વાતાવરણમાં મળી જાય છે, આ પ્રમાણે વનસ્પતિ આપણને ખોરાક અને બળતણ પુર પાડે છે, એટલુંજ નહિ, પણ જીંદગીને ઉપયોગી એવા ઓક્સીજન વાયુને વાતાવરણમાં ફેલાવવાનું કામ પણ તે બજાવે છે.

એવી ગણતરી કરવામાં આવી છે કે વાતાવરણમાં હાલમાં ઓક્સીજન વાયુનું પ્રમાણ ૧ લાખ અને ૨૦ હજાર એટલા અબજ ટનનું છે, અને એટલી પ્રાણ રક્ષક હવાનો નાશ કરવા માટે ચોવીશ હજાર અબજ ટનના વજનનું બગતણ અથવા સળગીને કાર્બોનીક ગેસ ઉત્પન્ન કરનારા પદાર્થો જોઈએ. આ બે આંકડા ઉપરથી પૃથ્વીના અંતનો અડસટો કરવામાં આવે છે. પૃથ્વીના મોટા ભાગમાં બગતણના કામમાં કોલસાનો ઉપયોગ થાય છે, અને હમણાં જે જગ્યામાં કોલસા મળી શકે છે, એટલા જગ્યામાં મળ્યા કરશે ત્યાં સુધી તો પૃથ્વી ઉપરનાં પ્રાણીઓને ફિકર કરવાનું કારણ નથી; પણ કોલસાનું પ્રમાણ આ પૃથ્વીની તળાટીમાં અખુટ હોય એમ જણાતું નથી, અને વખત જતાં તે કોલસો ખુટી જશે અને વધારે મળી શકશે નહીં, એનું અનુભવી ભુસ્તર વિદ્યાના વિદ્વાનો જણાવે છે. આ પ્રમાણે જ્યારે કોલસો મળવો મુશ્કેલ થશે ત્યારે બાળવા માટે મુખ્ય આધાર લાકડા ઉપર રાખવાનો વખત આવશે. પણ લાકડાં ઉપર ઝાઝો વખત ટકી શકાય એમ લાગતું નથી. અનુભવથી એવું નક્કી કરવામાં આવેલું છે કે સઘળા પ્રકારની જમીનના કસની સરાસરી સાથે લેતાં, એક ચારસ વાર જમીન એક હજાર વરસમાં આશરે બે ટન વજનનાં લાકડાં પૂરાં પાડી શકે છે. વસ્તીની તથા ઉદ્યોગ અને હુન્નરની વધતી જતી સ્થિતિને ધ્યાનમાં લેતાં એકલાં લાકડાં ઉપરજ બગતણનો આધાર રાખવો પડે ત્યારે સ્વાભાવિક રીતે તેનું પરિણામ એવું આવવું જોઈએ કે, લાકડાનો એટલે વનસ્પતિનો જથ્થો આ પૃથ્વી ઉપરથી જલદીથી ઓછો થવા લાગે; અને “કાર્બોનિક એસીડ ગેસ” જેટલા પ્રમાણમાં દરરોજ ઉત્પન્ન થતી જાય એટલી ગેસનો પોતાની અંદર ખેંચી લઈ શકે એટલી વનસ્પતિ જ્યારે હોય નહિ, ત્યારે તે ઝેરી હવાનું પ્રમાણ વાતાવરણમાં વધતું જાય અને તે પ્રમાણ વધીને પ્રબળ થાય ત્યારે તેમાં વસનારાં પ્રાણી ગુંગલાઈ ને મરે.

વિદ્યાવિદ્યાસી વિદ્વાનો ઉપર પ્રમાણે અનુમાનો બાંધે છે. તેમનાં અનુમાનો ભુસ્તર વિદ્યા, ભુતળ વિદ્યા અને રસાયન વિદ્યાના આધારે બાંધાયેલાં છે, તેથી તેવા ફેરફારને આપણે અસંભવિત ઠરાવી શકીશું નહિ. પણ તેવો બનાવ બને તે પહેલાં હજારો ને લાખો વરસ નીકળી જવાનો સંભવ છે. વળી આ બ્રહ્માંડમાં અને પૃથ્વી આદિ તેના ગ્રહોમાં ભવિષ્યમાં શું શું ફેરફારો થશે તે કોણ કહી શકનાર છે ? જે સર્વ શક્તિવાન.

આહુત શક્તિએ આ સૃષ્ટિની રચના કરી છે તે શક્તિ આ સૃષ્ટિ રચના અને તેની હયાતીના સંબંધમાં શું શું ક્રિયા કરે છે તે હવે પછી શું કરશે તેના ચોક્કસ નિર્ણયપર આવવાને મનુષ્ય જાત કદિપણ શક્તિવાન થઈ શકે એમ નથી.

પણ વિદ્વાનો અને શોધકોની બુદ્ધિની બિંદારી છે ! એમ કબૂલ કર્યા વિના ચાલતું નથી. આખી પૃથ્વીનો અંત શી રીતે અને કયારે આવી શકે એવી ગણતરીઓ કરવાનું જ્ઞાન ધરવવું, એ બુદ્ધિનું મહાત્મ્ય કાંઈ ઓછું નથી ! આ ઉપરથી પદાર્થ વિજ્ઞાનના મહિમાનું પણ માપ થઈ શકે છે. તથા જડ અને ચૈતન્ય, પ્રકૃતિ અને પુરુષ, માયા અને આત્મા એ ઉભય એક બીજાની હયાતી સાથે સ્વભાવથી જોડાંએલાં છે અને સદા એ પ્રમાણે જ જોડાયેલાં રહેશે એવું સિદ્ધ થઈ શકે છે. પદાર્થના લયની સાથે જ ચૈતન્યનો લય છે, એમ યુક્તિથી અને પદાર્થ વિજ્ઞાનના બળથી પુરવાર થઈ શકે છે.

વનસ્પતિ વર્ણન.

The Vegetable Materia Medica.

(પાછલા અંકના પૃષ્ઠ ૨૭નું અનુસંધાન.)

આંબળાં.

શ્વાસ-કાસ-ક્ષય-આમાંનાં એક એક જીવાં દરદ જ્યારે વધી જાય છે ત્યારે, અથવા જ્યારે ઉધરસની સાથે દમ હોય છે અથવા જ્યારે એ બંધન ચિન્હોની સાથે ક્ષય રોગ થઈ આવે છે, અને જ્યારે ખીજ કોઈ પણ દવા કામ નથી કરતી, ત્યારે પણ જીવન સેંકડે પચાશથી વધારે દરદીઓને બચાવી શકે છે. જીવન અને દુધનું સેવન એવા અસાધ્ય વ્યાધિને સાધ્ય કરી શક્યાના દાખલા બનેલા છે.

શોષ એ રોગ ક્ષયનો એક ભેદ છે અને ક્ષયનો સગો ભાઈ છે. આ રોગમાં શરીરના ધાતુઓનું શોષણ થવા માંડે છે. જીવન અને દુધ દરદીને બચાવી લે છે. આ અને ઉપલાં બંધકર દરદોમાં દરદનો દરજ્જો વધી ગયો હોય છે તો, અજાત, અનુભવી વૈદની દેખરેખ અને સલાહ નીચે ઉપચાર થાય છે તો વધારે હીક પડે છે—તથાપિ જ્યાં એવી અનુકૂળતા ન હોય ત્યાં આ જીવન નિર્ભયપણે આપી શકાય.

રક્તપિત્ત-૧. જીવન. જીવનનું દુધ ભાતના બોજનથી કરેલું સેવન રક્તપિત્તને મટાડે છે અને મોં, નાક, કાન, પેસાળ અને મળદ્વારથી પડતું લોહી બંધ પડે છે; ૨. સુકાં આંખોને એરંડીયા તેલમાં તળી તેનું ચૂર્ણ કરવું તે તે ચૂર્ણમાંથી સવાર સાંજ પાવલી બારને આશરે ગરમ પાણી સાથે લેવું; ૩. આંખોનો મુરખો; ૪. આંખોનું ચૂર્ણ ધી તથા સાકરમાં આટવું; ૫. આંખો તથા દાડમનો રસ સાકર મેળવીને પીવો.

અમ્લપિત્ત અમ્લપિત્ત એટલે ખાટી ઉલટી અને કાગળા આવ્યા કરે, અનાજ પચે નહીં અને દરદી ક્ષય રોગીની પેઠે ગણતો જાય. ૧. જીવન દુધ ભાતનું પથ્ય. ૨. એક તોલો સુકાં આંખો રાત્રે થોડા પાણીમાં પલાળી રાખવાં. સવારમાં એ પલાળી રાખેલાં આંખો તથા બંધે આની બાર સુંઠ તથા જીરાને વાટી તેની ગોળી કરવી. તે ગોળી આશરે પાશર દુધમાં બે તોલા બાર સાકર નાખી પીવી.

પિત્તવિકાર--૧. એક તોલો સુકાં આંખો રાત્રે કલ્પના કે કાચના વાસણમાં પલાળી રાખવાં. સવારમાં તેના પાણીમાં પાશર ગાયનું દુધ મેળવી પીવું. એ પ્રમાણે થોડા દિવસ કરવું. ૨. આંખોનું ચૂર્ણ-ચૂર્ણથી બમણી સાકર અને સૌથી બમણું ધી. એ પ્રમાણે વજનમાં ત્રણ વસ્તુ મેળવી રાખીને તેમાંથી બંધે ૩૧. બાર સવાર સાંજ આટવું.

પ્રમેહ--૧. લીલાં આંખોનો રસ અથવા સુકાં આંખોનો ઉકાળો ઠંડો પાટી તેમાં હળદરનું ચૂર્ણ તથા મધ મેળવી પીવો. ૨. આંખો, તથા ગળોનો રસ મધ નાખી પીવો. ૩. શીતવીર્ય (અમારી દવાશાળાની ખાસ દવા)

પ્રદર--(ધુપણી) લીલાં આંખોનો રસ મધ મેળવી પીવો અથવા સુકાં આંખોના ચૂર્ણમાં મધ મેળવી આટવું.

અજીર્ણ--જીર્ણ અજીર્ણમાં જીવન સર્વોત્તમ કામ કરે છે. અંગ્રેજીમાં જેને ડિસ્પેપ્સીયા કહે છે, તે દરદને જીવન સારી રીતે મટાડી શકે છે. આ રોગ અસાધ્ય છે, છતાં દંદી દહતા રાખી જીવન અને દુધ ભાત ખાય તો ઘણો જ સુધારે થાય. પાચન ક્રિયાને સુધારીને તથા હોજરી તેમ જ આંતરડાંનાં અંદરના શ્લેષ્માચરણને સુધારી અંદરની વિકૃતિને દુર કરે છે. ૨. ખંડામલકી (આંખોની એક બનાવટ).

ખાંડ-હરસ--આ બંને દરદમાં આંખોનો કોઈ પણ ઉપાય સારો છે. ૧. જીવન; ૨. ત્રિકુળા ચૂરણ, ૩. ત્રિકુળા ચૂરણ તથા લોહ; ૪. ખંડામલકી; ૫. ધાત્રીલોહ ૬. આંખો, હળદર તથા સોનાચેરનું અં-

જન કરવાથી આંખની પીલાશ મટે. (નિર્ભય ઉપાય છે)

જીર્ણપિત્તદોષ—૧ ખંડામલકી; ૨ ધાત્રીલોહ; ૩ જીવન,

રક્તાતિસાર—એટલે લોહી યુક્ત ઝાડો. ૧. આંખજાંના રસમાં ધી, મધ, તથા દુધ મેળવી પીવો. લીલાં આંખજાં ન મળે તો સુકાં આંખજાંનું ચૂર્ણ પીવું અથવા ઉકાળો કરી દરે સારે તેમાં ઉપલી ત્રણ વસ્તુ નાખી પીવો.

ઉલટી—લીલાં આંખજાંનો રસ સાકર તથા મધ મેળવી પીવો અથવા સુકાં આંખજાંનું ચૂર્ણ સાકર મેળવીને પાણી સાથે પીવું.

તુષણ—તરશ-લીલાં આંખજાંના રસમાં સાકર મેળવી તે પીવો.

અરુચિ—તાવમાં ન્યારે દરદીને ખાવાપર અરુચિ થાય સારે આંખજાં, ધ્રાખ તથા સાકરને પાણીમાં વાટી તેની લુગદી મોંમાં રાખવાથી રુચિ થાય.

શોષ—પિત્તના તાવમાં પાણીનો બહુ જ શોષ પડે છે ને દરદી વારંવાર પાણી માખ્યા કરે છે. વારંવાર ઠંડુ પાણી આપવું એ નુકસાન કરક છે. માટે શોષ મટાડવા માટે આંખજાંનું ચૂર્ણ તથા કાળી ધ્રાખ પાણીમાં વાટી ધીમાં મેળવી મોંની આસપાસ લેપ કરવો તેમજ એક લુગદી મોંમાં રાખવી.

સ્વરભેદ—ગરમ ખાવાથી, બહુ ખાવાથી કે એવાંજ બીજાં કારણથી સાદ બેલી નય છે, ને જાખરો થાય છે. સુકાં આંખજાંનું ચૂર્ણ ગાયના દુધમાં મેળવી પીવાથી સાદ એકદમ ઉધડે છે.

મુત્રકૃચ્છ્ર—દાહ વગેરે ખેસાખના રોગમાં આંખજાં ગોખર તથા ગજો સમ બાગે ખાંડી તેના બે ત્રણ તોલા ચૂર્ણમાં પાશેર સાકર મેળવવી અને તેને રાત્રે એક શેર પાણીમાં ખલાળી રાખવું 'પીળે દિવસ તે પાણી થોડે થોડે પીવું.

કસુવાવડ—કસુવાવડ થયા કરતી હોય તે સ્ત્રીને ૧. રસાયન ચૂર્ણ; ૨. જીવન ૩. આંખજાંનું ચૂર્ણ તથા લોહ વગેરે દવાઓનું લાંબા વખત સુધી સેવન કરાવવું. આ દવાઓથી તેવી સ્ત્રીના શરીરમાં રહેલી ગરમી તથા કમ કૌવતી દુર થશે, અને ગર્ભને ધારણ કરી રાખવાની શક્તિ આવતાં બાળક પુરે દહાડે આવશે.

લોહીવા—સ્ત્રીઓને દર માસ ઋતુ આવે છે, તેમાં બોધએ તે કરતાં વધારે લોહી જતું હોય અથવા ગર્ભાશયના બીજા દોષને લીધે ગર્ભાશયમાંથી લોહીનો સ્રવ થયા કરતો હોય તો આંખજાંનું ચૂર્ણ ઠંડા પાણીમાં

વારી તેમાં મધ મેળવી થોડા દિવસ પીવાથી લોહીના એટલે રક્તઆવ બંધ પડે છે.

ચક્રત-પ્લીહ-પેટના જમણા પડખામાં પિત્તની ગાંઠ (Liver) છે, અને ડાબા પડખામાં લોહીની ગાંઠ (spleen) બરોલ છે. જ્યારે કાંઈ વિકારને લીધે તે ગાંઠ વધે છે અથવા નબળી પડવાથી દરદ થાય છે. ત્યારે પાચન શક્તિ મંદ પડે છે, શરીર પર ફિકાસ આવે છે. અને શરીરમાંથી લોહી કમી થવાથી અશક્તિ વધતી જાય છે. આવાં દરદમાં ૧. જીવનની ખાસ બલામણુ કરવામાં આવે છે. ૨. આંખમાં મુરખા પણુ સારો છે.

વીર્યવૃદ્ધિ-૧. લીલાં આંખમાંનો રસ ધીમાં પીવો. ૨. જીવન; ૩. રસાયન ચૂર્ણ, ધી સાકરમાં.

ધાતુપુષ્ટિ--૧. આંખમાં ગોખર, અને ગળો સત્ત્વ સમ ભાગે ધી સાકરમાં આટવું; ૨. જીવન.

બૃધ્ધાવસ્થા--ટક્ષાવસ્થાની ફરિયાદો અને અશક્તિ દુર થવા માટે ૧. આંખમાંનું ચૂર્ણ તથા તલ સરખે વળતે લઈ તેમાં ધી તથા મધ મેળવી આટવાં. ૨. અલ્પામળકી.

કાંતિ વધારવા માટે સુદાં આંખમાં તથા તલને ગારીક વાટી તે શરીરે ચોળવાં ને થોડો વખત રહેવા દઈ ગરમ પાણી વડે સ્નાન કરવું.

આંખ તથા મગજની ગરમી--આંખ તથા મગજની ગરમીમાં આંખમાંનું ચૂર્ણ ધી સાકરમાં ખાવું સારું છે. ગરમાઈને લીધે આંખે જાંખ આવે છે તથા દાહ થાય છે ત્યારે પણ આંખમાં અથા ત્રિકલા ચૂર્ણ (હીમજી હરડે, ખેડાં, આંખમાં, એ ત્રણેની છાલનું સમભાગે ચૂર્ણ) ઘણો ફાયદો કરે છે. ત્રિકલાને પલાળી રાખી તેનું પાણી આંખે છાંટવાથી પણ આંખની ગરમી તથા બીજા ઘણા વિકારો દુર થાય છે.

આ સિવાય આંખમાંનો ઘણા ક્વાથમાં, ચૂર્ણોમાં અને ગોળીઓમાં ઉપયોગ થાય છે. આપણા બન્નરમાં મળતી એક એક વસ્તુ કેટલું કામ કરે છે તે આ એક આંખના વર્ણન ઉપરથી સમજી શકાશે. જે કામ ત્રિકલા (હરડાં ખેડાં અને આંખમાં) તથા ત્રિકટુ (સુંઠ, મરી અને પીપર) જેવી સાદી વસ્તુઓ કરે છે તે કામ ઉંચી માત્રાઓ અને વિશાળ યતી રંગબેરંગીન બાટલીઓ કરી શકતી નથી અથવા ખર્ચ કહીએ તો, એ ઉંચી ઉંચી દવાઓ જે કામ કરે છે, તે કામ શરીરને પરિણામે

કુલં બાબાલામ આપે છે તે કહી શકાતું નથી. બારે બમકાદાર બોજનોમર્ફ જેટલો ભય છે એટલોજ ભય બારે દવાઓમાં છે, અને સાદા ખોરાકમાં જેટલો સંતોષ અને સુખ છે એટલોજ સંતોષ અને સુખ આવી સાદી દવાઓથી મળે છે. પણ લોકો બમકે અને ફેશનને ફંદે ફસાવા લાગેલા છે, અને જેમ પહેરવા એટવાનો અને ચાપાણીનો મહત્ત્વ લાગેલો છે, તેમ સહેજ દરદ થાય કે બમકાદાર લેખલવાળી શીશીઓ અને બાટલીઓ બનરમાંથી લાવી ટેબલોપર મુકીએ છીએ. આ બાટલીઓ શોભા તો સારી આપે છે અને ઘણાએક હૈયાકુટાઓ તેથી પણ આનંદ માને છે.

સ્ત્રીરોગચિકિત્સા.

Treatment of Diseases in Women.

(પૃષ્ઠ ૧૪ નું અનુસંધન.)

આપણા દેશમાં સુવાવડી સ્ત્રીની સારવાર અથવા ઉપચાર ધણી જ અધમ હાલતમાં થાય છે. જે પ્રસંગે સર્વ પ્રકારની સુધડતા અને સગવડતાની જરૂર છે, તેવા આ બારીક પ્રસંગે સર્વત્ર મલિનતા અને સર્વ પ્રકારની મુસીબતો મૂકેલી જોવામાં આવે છે. યાદ રાખવું કે આ પ્રસંગ અથવા જણુતરનું જોખમ ભરેલું કાર્ય છે; યાદ દાખવું કે તે માત્ર જોખમ ભરેલું છે એટલું જ નહિ પણ ઘણું જ અગત્યનું કાર્ય છે. પૃથ્વીપર એક નવા બાળકનો—એક ઉત્તમ મનુષ્યનો જન્મ થવાનો છે; જેને માટે મનુષ્યો અતિ આતુન્તા ધરાવે છે, જેને માટે માઆપો જપતપ કરે છે અને જોગી જતીના પગ સેવે છે, જેના વિના માઆપો પોતાના સંસારને અને સંસારમાં પોતાની હયાતીને નિષ્ફળ માને છે, એવા એક કીમતી બાળકના પ્રસવની જન્મની અને તેના તથા તેને જન્મ આપનાર માતાના ઉપચારની કેવી સ્થિતિ જોવામાં આવે છે ! પ્રથમ તો એક અંધારી કોટડીમાં કે એક અંધારા ઝોરડાના ઉંડા ખુણામાં તેનો બાટલો નાખવામાં આવે છે. તેની આસપાસ સર્વ મલિન અને ગંદી વસ્તુઓનું પ્રદર્શન ભરવામાં આવે છે. કાથાના જુના વાણુનો (રસીનો ઝોળી) જેવો બાટલો સુવાવડીને માટે તૈયાર રાખવામાં આવે છે. કોઈ જુની પુરાણી ફટેલી તુટેલી અને અતકવાર સુવાવડના કામમાં લીધેલી એક ગોદડી તેનાપર પાથરવામાં આવે છે. સુવાવડીને ગંદાં મેલાં ફટેલાં તુટેલાં કપડાં પહેરવામાં આવે છે. બાટલાની આસપાસ એવી જ જુની પુરાણી ગંદી વસ્તુઓ

લાવી મૂકવામાં આવે છે. જનજે આ પ્રસંગ સર્વ પ્રકારની મલિનતાનો જ હોય નહિ અને જનજે આ ક્રિયામાં અવસ્ય કરીને મલિનતા અને ગંદવાડીની જરૂર માનવામાં આવી હોય નહિ, એવો દેખાવ પ્રસવ પહેલાંથીજ કરી દેવામાં આવે છે ! જે બાળકને આ પૃથ્વીનો પ્રકાશ અજમાવું નિર્મળ હવા અને સૃષ્ટિ સૌંદર્ય વગેરે સુખ સેવાને માટે જન્મ આપવામાં આવે છે તે બાળક જન્મતાંજ શું દેખે છે ? અંધકાર, માંસનતા, ખરાબ હવા, અથવા તરત જન્મેલા બાળકના ઝુંગળાયેલા શ્વાસોશ્વાસને ઉત્તેજન આપવા પુરતી હવાની જરૂર છતાં હવાનો લગભગ અટકાવ, અને સુંદરતા અને સુવાસિત હવાને બદલે તેના પ્રસવ રથમાં સર્વત્ર દુષિત એટલે બગડેલી હવા અને ભયંકર અથવા અપ્રિય દેખાવ દૃષ્ટિએ પડે છે. જે બાળકને જન્મતાં સુખકારક હવાની અને તેના નાળુક શરીરને સુખ્યેન આપે એવાં સાધનનોની ઘણીજ આવશ્યકતા છે, તે બાળકને કેટલાક દિવસો સુધી તેની માની ગંધાતી ગોદડીમાં અને અજવાળા તથા શુદ્ધ હવા વિનાની ઓરડીમાં ગોંધી રાખવામાં આવે ! એ કેવો વિપરીત પ્રકાર. એ કેવો શોકજનક ઉપચાર છે ! હિંદુ લોકો પવિત્ર, સુવડ, મલિન પદાર્થનો સ્પર્શ કરીને આખા શરીરને સ્નાનથી શુદ્ધ કરે આત્મણે સ્નાન કર્યા વિના જોજન લે નહિ અને ખરા વૈષ્ણવો જંગલ જઈ આવેને નાલ્યા વિના ન રહે ! હિંદુ લોકોમાં પવિત્રતા અને શુદ્ધતાનો મહિમા પ્રાચી ઇકાગ્રીજ ગાલતો આવેલો છે પણ આ સ્નાન શુદ્ધિમાં શું હેતુ રહેલો છે એ વાત જે હમણાં ભૂતી જવામાં ન આવી હોત તો સુવાવડી સ્ત્રીના ઉપચારની આવી અવદશા કદાચ પામત નહિ. લોકો ભૂતી ગયા છે કે સ્નાન શુદ્ધિનો જે પદિમા ચાલ્યો છે તે લોકોને બતાવવા માટે નહિ, અથવા અમે બહુ ધર્મ પાળીએ છીએ એવી ખોટી પ્રજ્ઞા કરી પ્રજ્ઞાવાને માટે નહિ, પણ કેવળ શરીર તથા મન શુદ્ધ, પવિત્ર અને નિરોગી રાખવા માટેજ એ સ્નાન શુદ્ધિ અને આચારનો મહિમા વધારવામાં આવેલો છે. અને ખરી વાત આમજ છે તો એક બાળકને જન્મ આપવાના મંગળ પ્રસંગે ધરમાં સર્વ પ્રકારની મંગળ સામગ્રી, શુદ્ધિ, પવિત્રતા, અજવાળું, અને શુદ્ધ હવાની કેટલી બધી જરૂર છે, તે કહેવાની કાંઈ પણ જરૂર નથી. પ્રસવક્રિયામાં મંગળાયરણથીજ માંડીને છેવટ સુધી આપણા લોકો ભૂલમાં ને ભૂલમાં ચાલ્યા જાય છે, અને જુદી જુદી નાનો અને જનોમાં જુદા જુદા રીત રીવાજ, રીઠી અને આચારને આધીન થઈ પડેલા લોકો જન્મેલા બાળક તથા સુવાવડીના કેવા સંસ્કાર કરે છે તેનો વિચાર કરતાં અમોને ધણીજ ખેદ થાય છે. જુદી જુદી

નાતોના જુદા જુદા રીવાજો અને સુવાવડીના ઉપચારોનું વર્ણન કરતાં ધણું લંબાણ થાય, માટે તે અત્રે છોડી દઇ વૈદ્યકશાસ્ત્રના અને આરોગ્યતા તથા સ્વચ્છતાના નિયમો પ્રમાણે સુવાવડી સ્ત્રીનો અને બાળકનો કેવી રીતે ઉપચાર કરવો તે વિષે હવે પછી લખશું.

ઉન્માદ.

Mental Derangement; Insanity.

ઉન્માદ એ એક પ્રકારનો માનસિક વ્યાધિ છે. જ્યારે માણસનું મગજ દૃટકી બન્યું છે, અને ગાંઠ માણસની પેઠે દરેક કાર્યમાં વિરૂદ્ધ પણે વર્તે છે ત્યારે તે રોગને ઉન્માદ કહેવામાં આવે છે વૈદ્યક શાસ્ત્રે ઉન્માદનું નિદાન કરતાં તેના છ પ્રકાર ગણેલા છે. ઉન્માદ રોગના આ પ્રકાર માનસિક રોગની વધી ગયેલી રિથિતિના પાડેલા હશે એમ ધારવામાં આવે છે કેમકે હું 'ધાર્' છું કે જગતમાં માનસિક વિકૃતિનાં અને એવી વિકૃતિઓમાંથી જન્મ પામેલા માનસિક વિલક્ષણ લક્ષણોના તે સેંકડો પ્રકાર જતામાં આવે છે અને આ માનસિક દોષના પ્રકરણમાં વધારે ને વધારે ઉંડા ઉતરતાં મને તો એમ લાગે છે કે જગતમાં ઘણાં ખરાં મનુષ્યો ઉન્માદી છે. ઉન્માદી છે એટલે માનસિક વિકાર વાળાં અને સ્વાભાવિક નહિ પણ અસ્વાભાવિક વિરૂદ્ધ અને વિલક્ષણ આચારો, વિચારો, અને વર્તનોવાળાં જોવામાં આવે છે.

મન શક્તિનું મધ્યમપણું એ જ માત્ર માનસિક આરોગ્ય છે. જ્યારે મન તેના મધ્યસ્થપણમાંથી ખસીને યુદ્ધિની અથવા જ્ઞાનની સમાનતા ખુબે છે ત્યારે તેના જે ખરો ધર્મ છે તે ધર્મ બળવતું અટકે છે અને વિરૂદ્ધ અને વિલક્ષણ વર્તનમાં પ્રવૃત્ત થાય છે. માનસિક વિકૃતિના વર્ગમાં સેંકડો નહિ પણ હજારો પ્રકારના દાખલા મુકી શકાય. જગતમાં જેટલાં જેટલાં વિરૂદ્ધચરણ, પાપાચરણ, અનીતિ, અને ગુન્હા બને છે, તે સર્વ માનસિક ઉન્માદ અથવા વિકૃતિનાં જ પરિણામ હોય એમ સમજાય છે. ચોરી, વ્યભિચાર, જુક, કપટ, કૂરતા, કુસંગ, કલેશ, કથ્યા, નાના પ્રકારનાં વ્યસનો, એ સર્વ વિરૂદ્ધચરણના કરનારાઓ તેવાં આચરણ કરવાને ખુશી હોય છે અથવા એમાં જ કાંઈ ધર્મ કે કર્તવ્ય માને છે, એમ નથી, પણ તેમની માનસિક રિથિતિ એવી જ વિકૃતિ પામેલી હોવાથી તેમને એવાં જ કૃત્યોમાં આનંદ મળતો હોય એમ લાગે છે. જગતમાં નાના પ્રકારના વહેમ,

ધર્મના વિકલક્ષણ બાવ અથવા ધર્મધર્મણનાં કાર્યો, અને જેનું કંઈ ફળ નહિ એવી વિકલક્ષણ અને ધણીસર હાનિમાં દોરી જનારી ધર્મકર્મની ક્રિયાઓ એ સર્વ માનાસિક વિકાર અથવા ઉન્માદનાંજ પરિણામ છે. કેટલાકને ન-હાવા ધોવાનોજ ઉન્માદ થયેલો જોવામાં આવે છે, કેટલાક નિરંતર વ્રત, જપ, તપ અને ઉપવાસમાંજ આનંદ માને છે, કેટલાક આખો દિવસ દેન દર્શન પછવાડેજ કાળક્ષેપ કરતા જોવામાં આવે છે, કેટલાક ચોરી કરવામાં મગ્ન માને છે, કેટલાકને નિત્ય અનેકવાર જીવું જોલે લારેજ અનાજ પચે છે, કેટલાક સ્વાર્થમાંજ સિધ્ધ હોય છે, તો કેટલાક પોતાના સુખદુઃખનો ખ્યાલ કર્યા વિના પરમાર્થમાંજ મયેજા હોય છે, કેટલાક સલાહ સંપત્તી સાધના કર્યા કરે છે લારે કેટલાક કળ્યા, કલેશ, કંકાસ અને કુસંપના ભાવિક બકતો હોય છે અને તેમાંજ તેમને આનંદ મળતો હોય એમ જણાય છે; ધધા, હુત્તર અને વિધાની શોધો કરવામાં પણ લાખો લોકો ઉન્માદીની પેઠે મયેલા હોય છે અને એ ઉન્માદમાં તેઓ પાયમાલ થતાં સુધી પણ પોતાની વાતને છોડતા નથી; ખાનપાનમાં પણ નાના પ્રકારના ઉન્માદ જોવા છે. આખો દિવસ ચાના ઉકાળા કરીને પીધાજ કરવા, બીડીઓ ડુંક ડુંક કર્યાજ કરવી, પાનસોપારીના ડુગા ખોસ્વાજ કરવા, તમાકુના ફાકડા ફાક્યાજ કરવા, નાના પ્રકારના સ્વાદમાંજ દ્રવ્ય અને સમયનો ભોગ આપ્યા કરવો અને તેમાં દ્રવ્ય, આખર કે આરોગ્ય-તાનો વિચારજ નહિ કરવો એ સર્વ ઉન્માદ નહિ તો બીજું શું? નાના પ્રકારના ભોગ વિલાસની વસ્તુઓ પછવાડે પાયમાલ થવું એ પણ ઉન્માદ; પહેરવા ઓઢવામાં કંઈ કંઈ જાતની ફેશનેનો શોખ ધરાયનારા અને એવા શોખમાં આખર, આરોગ્યના કે બીજી હાનિનો વિચાર નહિ કરવાવાળા ઉન્માદી પણ જગતમાં ઘણા પડ્યા છે. જે કૃત્યો કરવાથી માણસોને એક પ્રકારનો આનંદ મળતો હોય પણ તેની સાથે અનેક પ્રકારની હાનિ થતી હોય તેવાં સર્વ કૃત્યોને ઉન્માદના દાખલાઓમાં મૂકી શકાય. જે કાર્યો કરવામાં સર્વ પ્રકારની સગવડતા સુખ અને દુઃખની તુલના કરવામાં આવે તેવાંજ કાર્યોને ઉન્માદનાં કૃત્યોમાંથી જીવં પડી શકાય. જગતમાં ઉન્માદ રોગની ભારે મ્હોટી વૃદ્ધિ થયેલી છે, અને ગાંડાઓની હોસ્પીટલો-માં જે ઉન્માદીઓને પૂરી રાખવામાં આવે છે તેમનાથી જેટલાં તોફાન થવાનો ભય રાખવામાં આવે છે તેના કરતાં હજારો ગણી ખરાબી બીજા ડાહ્યા ડમરા ઉન્માદીઓથી થતી જોવામાં આવે છે.

ચાલુ ચર્ચા.

Current Topics.

હિંદના સાચા સ્નેહી અને મુરખી મિ. દાદાભાઈએ ઈંગ્લેન્ડમાં થે-
સ સમયપર એક મેળાવણ સન્મુખ હિંદની પશ્ચિમ તરફની લડાયક રાજ-
નીતિના પર પોતાના વિચારો આપતાં તેણે હિંદના અંગ્રેજ સત્તાવાળાઓની
ધણી સારી રીતે સંભાળ લીધી હતી !

સરહદના તાયફાઓની સાથે ચાલતી લડાઈના ખર્ચમાં ઈંગ્લેન્ડે પો-
તાનો હિસ્સો આપવો જોઈએ એવી અંગ્રેજ પ્રજાના એક ભાગે હિમાયત
કરી હતી, પણ પાર્લામેન્ટમાં એ સવાલ નીકળતાં વધારે વિશ્લેષ મતે એ
દરખાસ્તને ઉઝાડી નાખવામાં આવી છે.

રાજ્યદ્રોહના કાયદાનો સુધારેલો ખરડો કલકત્તાની વડી ધારા સભાએ
વધુ મતે પસાર કરી દીધો છે, અને આ દેશના છાપાવાળાઓ અને જન-
હેર ભાષણ કરનારાઓને મોઢે તાળું મારવામાં આવેલું છે !

પુતાના બે યૂરોપિયન અમલદારોનાં ખુન કરવાના અપરાધ માટે
પકડાયેલા દામોદર આંબેકરને સેશન્સ કોર્ટ ફ્રાંસીની સજા ફરમાવેલી છે. આ
સજા સામે આંબેકરે હાઇકોર્ટને અપીલ કરી છે, જેમાં આ ખુનના કામમાં
પોતાનો કાંઈ પણ હાથ હોવાનો તેણે સ્પષ્ટ રીતે ઇનકાર કરેલો છે.

પુતાનો લેફ્ટેનન્ટ કર્નલ ફ્રાંસેટ મરફી વિષે પોતાનો એવો અનુભવ
જાહેર કરે છે કે, બાર કલાકમાં મરફીના એક જંતુમાંથી સવા કરોડ જં-
તુઓ પેદા થાય છે. કર્નલ ફ્રાંસેટની આ ગણતરી શું આધારે થયેલી હશે
તે અમે સમજી શકતા નથી. હમણાં દુનિયામાં ગપ બહુ ચાલવા માંડી છે.
મોટાઓની ગપો પણ મોટી !

શસ્ત્ર વિદ્યાનો એક ખીન્ને અજળ થવા જેવો પ્રયોગ હમણાં નોંધા-
યેલો છે. સેનફ્રાન્સીસ્કો (અમેરિકા) ખાતે એક માણસની ધોરી નસ
તુટી પડવાનો સંભવ હોવાથી એક વિદ્વાન તખીએ તેનો અટકાવ કરવા
માટે હૃદયમાંથી જે ધોરી નસને રસ્તે આપ્યા શરીરમાં લોહી ફરી વળે છે
તે ધોરી નસમાં ૧૮ વાર લંબાઈનો બારીક રૂપાનો તાર ગોઠવી દીધો છે.
ધોરી નસમાં રૂપાના તાર ૧૧ યુગ્મણાં સાથે તે માણસ હાલમાં તનદુરસ્તી
ભોગવે છે. માણસ જાતની શોધક બુદ્ધિ આગળ જતાં શું શું કાર્યો અને
શોધો નહિ કરે તે કહી શકાતું નથી.

પ્રસંચર્ય.

તૈયાર છે. આફ્રિકાએ લવાજમનો રૂ. ૧૧ તથા પોસ્ટેજનો અરધો આનો, તેના દીકરી મોકલી મંગાવી લેવું.

દરેક કુટુંબ અને ઘરમાં આ પુસ્તક વંચાવાની જરૂર છે.

ચરક-સુશ્રુત.

વૈદ્યવિદ્યાના આ બે આદિ અને સર્વોપરી મહાનગ્રંથોનાં મૂળ સાથે ગુજરાતી ભાષામાં ભાષાન્તરે પ્રગટ કરવાનો કેટલોક સમય થયાં અમારા તરફથી ચલ્ન ચાલે છે. સુશ્રુતનું ભાષાન્તર 'વૈદ્યકપત્ર' એ પત્રિકામાં બે વર્ષ થયાં છપાવું હતું પણ તેને જુદા અંથના આ રીતે છપાવવાનો પ્રયત્ન ચાલતો હતો ત્યાંથી હવેથી તેમાં છપવું બંધ કર્યું છે; અને "ચરક સંહિતા"ને અંથના આકારમાં છપાવવાનો અમારા તરફથી આરંભ થયો છે.

ધરવૈદ્ય.

ગુજરાતી ભાષામાં આજ સુધીમાં છપાયેલા વૈદ્યકના ગ્રંથોમાં સર્વથી ઉપયોગી તેમજ સર્વથી સસ્તો ગ્રંથ.

તૈયાર થાય છે—છપાય છે.

કદ રાંધણ પૌંડ ૫૦૦ મુદ્રા--કિમ્મત માત્ર રૂ. ૧૧. પોસ્ટેજ જુદું.

દરેક ઘરમાં હાનું હાથે ઉપયોગી થઈ પડે એવા બાબતો અને ઉપાયોનો અપૂર્વ સંગ્રહ, આ ગ્રંથમાં કરવામાં આવેલો છે.

વૈદ્યકના ગ્રંથો અને દરદોના ઉપાયો જાહેર જવાઓ સામાન્ય તેમજ ગરીબ વર્ગના લોકોને માટે આજકાલ જારે મોંમાં થઈ પડેલ છે અને તેથી તે લોકો વૈદ્યકના જ્ઞાનથી તેમજ દરદોના ઉપાયોથી બેનશીબ બનેલા છે. આ વાત ખાસ લક્ષમાં રાખીને મેં આ ગ્રંથ તૈયાર કરેલો છે. શરીર સંરક્ષણ અને આરોગ્યતાની સમય સમય અને પ્રસંગે પ્રસંગના સમયનાઓ સાથે ઉપાયોના જે સહેલો સંગ્રહ આ ગ્રંથમાં આપવામાં આવ્યો છે તે દરેક કુટુંબને એક સારા સલાહકાર અને ધ.વૈદની ગરજ સારી શરૂ, અને ગરીબ માણસ પણ આ ઉપયોગી ગ્રંથનો લાભ લઈ શકે એવા હેતુથી દ્રવ્ય દિક લાભનો વિચાર બાબુપર મૂકી દઈને એકવાર તો આ ગ્રંથ પડત કિમતે પ્રજામાં વહેંચી આપવો એવો મેં સકલ્પ કરેલો છે, આ ગ્રંથની સંપૂર્ણ માહિતી માટે તેનાં સૂચીપત્રો અમારી મહેલો મંગાવી ખાતરી કરો.

અમદાવાદ
વિચિત્રેશ.

}

વૈદ્ય જટારાશંકર હીલાકર.

ગુજરાત અર્થસાધકશાળા.

વૈદ્યક કલ્પતર.

વૈદ્યક સંબંધી ઉપયોગી વિષયો ચરચના

માસિક પત્ર.

A MONTHLY MEDICAL ADVISER

પુસ્તક મુદ્રાજીત સને ૧૯૯૮.

અંક ૪ થો.

તંત્રી

વૈદ્ય જટાશંકર લીલાધર ત્રિવેદી

ગૂજરાત આર્ય ઔષધશાળા

અમદાવાદ.

વિષયાનુક્રમ.

વિષય.	પૃષ્ઠ.	વિષય.	પૃષ્ઠ.
ગ્રીષ્મ.	...	વનસ્પતિ વર્ણન	... ૫૮
ધરમાંની હવા અગાડવાથી	... ૪૯	શરીર રચના તથા તેની	...
નિષ્ફળતા મરણો.	... ૫૨	ક્રિયાઓ.	... ૬૧
સ્ત્રિરોગચિકિત્સા.	... ૫૪	ચાલુચર્યા.	... ૬૭
		બાળલગ્ન.	... ૬૮

અમદાવાદ—“પ્રજ્ઞાનંધુ” પ્રિન્ટીંગ પ્રેસમાં મુદ્રાંકિત કર્યું.

વાર્ષિક મૂલ્ય

પોસ્ટેજ સાથે રૂ. ૧૧ અગાઉથી. પાછળથી રૂ. ૧૦.

(સર્વ હક્ક સ્વાધિન)

ગ્રાહકોને સૂચના.

—:—

૧. “બ્રહ્મચર્ય” એ નામનું પુસ્તક ખાસ અમારાં ગ્રાહકોને ભેટ આપવા માટે તૈયાર કરી છપાવેલ છે. એ પુસ્તક તૈયાર થયું છે. ચોપાનિયાના લવાજમ (૩. ૫૧) ની સાથે આ ભેટના પુસ્તકના પોસ્ટેજ માટે અરધો આનો મોકલીને “બ્રહ્મચર્ય” મંગાવી લેવું. લવાજમ અગાઉથી લેતાનો રીવાજ છે, અને વર્ષના આરંભમાં સર્વેનાં લવાજમ આંત્રી જવાની વડી છે; છતાં જેમનાં લવાજમ આવતાં વિલંબ થશે તેમને થોડા વખત રાહ જોયા બાદ લવાજમના પૈસા ચડાવી ભેટનું પુસ્તક વે. પે. મોકલી દેવામાં આવશે.

૨. અમારા હમેશના ગ્રાહકો સિવાય બીજા પણ જે જે ગૃહસ્થો તરફ આ ચોપાનિયું મોકલવામાં આવે તેઓ તેના સ્વીકાર કરશે એવી આશા છે. આ ચોપાનિયું કેળવાયેલાં કુટુંબોમાં ઘણાજ પ્રેમથી વંચાય છે; તે હવે કહેવાની જરૂર નથી. શરીર સંરક્ષણની ખરી કિંમત નહિ કરવાવાળા જે લોકો તેના ગ્રાહક થવાને ખુશી નહોય તેઓએ અમેને વેળાસર સૂચના કરવા મહેરબાની કરવી.

૩. આ ચોપાનિયા માટે લેખો લખવાને વૈદોને તેમજ વૈદ્યવિદ્યાના શાખિનોને છુટ છે. જેઓ પોતાનો જાતિ અનુભવ લખી મોકલશે તેમનો હિપક્રાર માનવામાં આવશે.

૪. ગ્રાહકોને રોગ સંબંધી કે અમારા ધોધાને લગતી કાંઈ પણ સલાહ જોઈતી હશે તે લખી મોકલવામાં આવશે.

૫. પાંચ ગ્રાહકો મેળવી આપનારને તેમજ અમારી દવાશાળામાંથી દર વરસ પાંચ રૂ. ની કીમતની દવા મંગાવનારાઓને આ ચોપાનિયું મફત વાંચવા માટે મોકલવામાં આવશે.

૬. પત્ર બ્યવહાર કરનારાઓએ ઉત્તર માટે અરધા આનાની ટીકીટ અથવા પોસ્ટ કાર્ડ મોકલી દેવું. તે વિના ઉત્તર આપવાનું અમેને પોસાય તેમ નથી.

—

વૈદ્યકલ્પતર.

પુસ્તક ૪ થું.

એપ્રિલ સને ૧૮૯૮.

અંક ૪ થો.

ગ્રીષ્મ.

The Summer.

ઉત્તરાયન પછી સૂર્ય નેના સંક્રમણમાં પૃથ્વીની નજીક નજીક આવતો જાય છે, અથવા ખરું કહીએ તો પૃથ્વીના આપણા તરફનો ભાગ સૂર્યની સમીપ આવતો જાય છે. વૈશાક તથા જ્યેષ્ઠ માસમાં તે સૂર્ય વધારે નજીક અને આપણા માથાની ઉપર સીધી લીટીમાં આવે છે. સૂર્યનાં સમીપ પહોંચાને લીધે પૃથ્વી ઉપરનું પાણી મ્હોટા જથામાં શોષાઈ ઉંચું ચડી જાય છે, અને તેથી એક તરફથી ઉપરથી સૂર્યનો તાપ લાગે છે અને બીજી તરફથી પૃથ્વી પણ વધારે ઉષ્ણતા વાળી થાય છે, એથી ગ્રીષ્મ કાળમાં એટલે ઉનાળામાં ધણીજ ગરમી લાગે છે. આ ગરમી જેમ પૃથ્વી ઉપરના રસકસનું શોષણ કરે છે, તેમ માણસોના શરીરમાં રહેલા રસનું પણ શોષણ કરે છે. આમ થવાથી ઉષ્ણકાળના આરંભથીજ આપણા શરીરનો રસ એટલે કદ જોડો થતો જાય છે. ચોક્કસ જગા ખાલી થાય ત્યારે તે પવન થી રોકાઈ જાય એ કુદરતનો નિયમ છે; તે પ્રમાણે આપણા શરીરની નાડીઓમાંથી રસ એટલે કદનું શોષણ થતાં તેમાં પવન પ્રવેશ કરે છે. ગ્રીષ્મ ઋતુમાં આ પ્રમાણે કદ ધાતુનો ક્ષય થાય છે અને તેને ઠેકાણે વાત (વાયુ) નું પ્રવેશ વધે છે. આ વાયુ ગ્રીષ્મકાળને અને ક્રોધ પામી વર્ષા ઋતુના આરંભમાં શરીરમાં નાના પ્રકારની ઉથલપાથલ કરે છે. દરેક ઋતુના અને વાતાવરણમાં ફેરફાર થાય છે અને વાતાવરણના ફેરફારની અસર આપણા શરીરપર લાગુ પડે છે, જેથી શરીરમાં પણ ફેરફાર થાય છે. આ વાતની વિસ્તાર પૂર્વક સમજણ અમો પાછલા વર્ષના ઋતુ વર્ણનોમાં લખી ગયા છીએ. ઉનાળામાં આપણા શરીરમાંથી કદ એટલે રસનું શોષણ અને વાયુના સંચય થાય છે અર્થાત એક પક્ષે શરીરમાં વૃદ્ધિ ને કરતાં જોડો

થાય છે અને બીજાં લેઈએ તે કરતા વધી જાય છે. આનુંજ નામ રોગ છે. આ ખરાબીનો અટકાવ કરવાને ઇશ્વરે સાધનો આપ્યાં છે અને સાધનોનો ઉપયોગ કરવાને આપણને યુદ્ધિ આપી છે. યુદ્ધિનો ઉપયોગ કરી વિચાર કરતાં સ્પષ્ટ સમજી શકાય છે કે શરીરમાંથી જે વસ્તુ ઓછી થવા માંડે તેને પાછી લાવવાના અને જે વસ્તુ લેઈએ તે પ્રમાણ કરતાં વધી જાય તેને ઓછી કરવાના ઉપાય કરવા. આંદિ પહેલાનો પ્રતિકાર એજ બીજનો પણ પ્રતિકાર છે, એટલે રમ અથવા કદ વધે એવા ઉપાયો કામે લગાડવાથી વાયુ વધવા પામતો નથી. ત્યારે ગ્રીષ્મ ઋતુમાં એટલે ગરમીના દિવસોમાં આપણું મુખ્ય કામ તે એ છે કે રસની વૃદ્ધિ કરવા રસદાર પદાર્થો વિશેષ અને રસનું શોષણ કરે અથવા બાગી નાખે એવા ગરમ પદાર્થો ઓછા ખાવા. શરીરના પદાર્થોને સમાનતામાં રાખવાને માટે ત્રિરાશીના નિયમ પ્રમાણે વર્તવામાં આવે તો શરીરના સ્વાભાવિક પદાર્થોમાં ન્યૂનાધિકપણું થઈ શકે નહિ અને ન્યૂનાધિકપણું ન થઈ શકે તો વ્યાધિ-પણુ પ્રવેશ કરવા પામે નહિ.

આ ઉપરથી સાબીત થાય છે કે ઋતુ પ્રમાણે આપણા નિત્યના ખોરાકમાં ફેરફાર કરવાને કુદરત આપણને ફરમાવે છે. જે આપણે કુદરતની એ આજ્ઞાને માનીએ કે પાળીએ નહિ તો વ્યાધિરૂપ શિક્ષા થયા વિના પણ રહે નહિ, એ વાત નિર્વિવાદ છે. ઉનાળામાં શરીરનો રસકસ ઓછો થાય છે તે પરિપૂર્ણ કરવાને કુદરત આપણને પ્રેરે છે ઉનાળામાં સ્વાભાવિક રીતેજ ઠંડા અને મધુર પદાર્થો ખાવાની આપણને ઇચ્છા થાય છે. આપણે જુદી જુદી જાતનાં શરબતો અને બીજાં મધુર પ્રવાહી બનાવીને પીએ છીએ, અને આ ગ્રીષ્મ ઋતુમાં એવાં પ્રવાહીની જરૂર છે, કેમકે તે શરીરના ખેંચાઈ જતા રસની પુરતી કરે છે. કુદરતે પણ કૃપા કરીને આ ગ્રીષ્મ ઋતુને અનુકૂળ એવા રસવાળી કેટલીક વસ્તુઓ આ ઋતુમાં ઉત્પન્ન કરેલી છે, જેમ કે કેરી, સકરેટી, તરબૂચ, આંબલી, ફાવસાં; તથા કેટલાંક બીજાં ફળોનો પણ ખાસ કરીને આ ઋતુમાં વિશેષ પાક થાય છે, તે એમ બતાવી આપે છે કે, આ ગરમ ઋતુમાં એ વસ્તુઓ વધારે હિતકારક હોવાથી માણસોએ તેનું યુક્તિથી સેવન કરવું.

કેટલાક નિયમો કુદરત પાળે જાય છે, તોપણ ઋતુઓના નિયમોને આપણું અજ્ઞાન આપણને ઘણીજ હાનિ કરે છે. માટે દરેક માણસે દરેક ઋતુના ફેરફારો, તેના ધર્મો અને નિયમો જાણવા બેઠાં, અને તે જાણીને તે ઋતુના અનુકૂળ એવાં ખાનપાનનું ધારણું રાખવું જોઈએ.

ગ્રીષ્મ ઋતુમાં સેવવા યોગ્ય અને ત્યાગ કરવા યોગ્ય આહાર વિહારના કે-
ટલાક સામાન્ય નિયમો અમે આ નીચે નોંધીએ છીએ તે લક્ષમાં રાખી
જનતાં સુધી તેને અનુસરી વર્તવા માણસોએ યત્ન કરવો જોઈએ.

૧. ગ્રીષ્મ ઋતુના તાપથી પોતાનું શક્તિ મુજબ રક્ષણ કરવું. શ્રી-
મતો બામ બગીચાઓ અને શીતળ હવા મળી શકે એવાં સ્થળોનો આ-
શ્રય લે છે અથવા પોતાનાં મકાનોમાં ઠંડક રહે એવા ઉપાયો કામે લગાડે
છે પાણીનો છંટકાવ, વાળાની ટટીઓ વગેરે ઉપાયો શરીરના તાપને ઓછો
કરી શકે છે. સાધારણ માણસોએ પોતાના ધરમાં કે ધરની આસપાસ
પાણીના છંટકાવ કરવા; શક્તિ હોય તો બરફનો ઉપયોગ કરવો; અતિ
ઠંડુ પાણી પણ બરફનું કાર્ય કરે છે. પાણીમાં વાજો નાખી તેને વધારે
સુગંધવાળું, સુગંધિત અને ઠંડું કરવું. જનતાં સુધી ગરમીમાં બહાર ની-
કળવું નહિ અને નીકળવું પડે તો છત્રીનો ઉપયોગ કરવો.

૨. આ ઋતુમાં કસરત ખીલકુલ કરવી નહિ કેમકે કસરત શરીરના
કફનું શોષણ કરે છે. એક તરફથી કુદરત ગરમીના તાપથી શરીરનું શોષ-
ણ કરે છે, અને બીજી તરફથી આપણે આવી રીતે કફનું શોષણ થાય
એવી કસરત કરીએ, અથવા શરીરને શ્રમ પડે એવું કાર્ય કરીએ તો
તેથી ધણીજ હાનિ થાય છે. સ્ત્રી સેવનનો પણ આ ઋતુમાં નિષેધ
કરેલો છે. કેમકે તેથી પણ શરીરનો રસકસ ધણો ચૂસાઈ જાય છે.

૩. ખાટા, ખારા, અને તીખા રસો અથવા પદાર્થોનો આ ઋતુમાં
ત્યાગ કરવો એટલે પ્રમાણમાં બહુજ ઓછા ખાવા. આ ત્રણે રસો ગરમીને
વધારનારા અને રસને એટલે કફને શોષી લેનારા છે.

૪. મધુર એટલે મીઠા પદાર્થોનું વિશેષ સેવન કરવું. જીદાં જીદાં શ-
રબતો, કેરીના અને આંબળાના મુરખ્યા, શીખંડ, અરફ, આઇસક્રીમ એ
બધાં આ ઋતુમાં સેવવા યોગ્ય છે. સાધારણ સ્થિતિના માણસોએ આંબ-
લી, લીંબુ, ફાલસાં, દાડમ, દ્રાક્ષ વગેરે વસ્તુઓનો રસ કરી તેમાં સાકર,
જીનો ગોળ કે ખજૂરનું પાણી મેળવી તે પીવું; તે પણ શરબત જ છે.
આંબલી, કાચી ખાટી કેરી, અને દહીં એ પદાર્થો ખાટા છે, પણ તેમાં
સાકર ખાંડ કે ગોળ મેળવવાથી તેનો ગુણ બદલાઈ જાય છે અને એવી
રીતે શુક્તિથી એ વસ્તુઓ ખાવાથી ફાયદો કરે છે. માટે આ ઋતુમાં એ-
કલું દહીં નહિ ખાવું પણ દહીંમાં સાકર કે ખાંડ મેળવી ખાવું.

ઘરમાંની હવા બગડવાથી નિપજતાં મરણો.

કારબોનિક ઑક્સાઇડનું ઝેર.

ઘણી વખત ઘરની હવા બગડવાથી મરણો નિપજે છે. આ દેશના હાલના ઘણા અગ્નિ લોકો પોતાને નિત્ય વસવાના ઘરની હવા માટે પણ ધ્યાન યોગ્ય લક્ષ આપે છે, અથવા, ખરું કહીએ તો, ખીલકુલ લક્ષ આપતા નથી. હવાને તેઓ કાંઈપણ અગત્યતા આપતા હોય એમ જણાવું નથી, અને તેથી ઘણી વખત ઘરની બંધેય હવા નબળાં અને માંદાં માણસોની જીંદગીની દોરી વધારે જલદીથી ટૂંકી કરી નાખવામાં કારણ જૂત થાય છે, એ વાત તેમના સમજવામાં આવતી નથી. અગ્નિ માણસો સમજતાં નથી કે શરીરમાં તાબું લોહી એજ પ્રાણ અથવા જીવન છે અને તાજી હવાથીજ તે લોહી તાબું થાય છે. ગમે એવા લોહીવાળા માણસને પણ જો બગડેલી અને બંધેય હવામાં થોડાજ કલાક ગોંધી રાખવામાં આવે છે તો તેના શરીરની અંદરનું લોહી બગડી એકદમ પ્રાણ જાય છે. કલકત્તાના કારાચહમાં પૂરાએલા ૧૪૬ અંગ્રેજ સિપાઈઓમાંથી ૧૨૩ એકજ રાતમાં મુવેલા નીકળ્યા હતા, તે વાત જગત પ્રસિદ્ધ છે.

ઘરનાં બારી બારણાં બંધ કરીને સુઈ રહેવાની ઘણા લોકોને કુટેવ પડેલી હોય છે. બારી બારણાં બંધ કરીને તેઓ પોતાના ઘરની અંદરની મિલકતનું રક્ષણ કરે છે, પણ તેઓ સમજી શકતા નથી કે એમ કરવાથી એ મિલકતને ભોગવનારા ઘરના બારા જીવોનું બક્ષણ કરવાનો હાથે કરીને ઉપાય કરે છે. ઘરનાં બારી બારણાં બંધ કરવાથી અને તાજી હવાને અંદર આવવાનો ખીજો રસ્તો નહિ હોવાથી ઘરની અંદરનાં માણસોના શ્વાસોશ્વાસથી ઘરની હવા બગડે છે, અને ઘરમાં બળતા દીવા, કોલસા, વગેરેનાં ઝેરી ધુમાડો એ બગાડમાં વધારો કરે છે. કેરોસીન તેલ, જેને લોકો ઘાસલેટના નામથી ઓળખે છે અને જે ઘરોઘર વપરાવા માંડેલું છે, તેના દીવામાંથી ઝેરી હવા નીકળે છે. આ વાતની ખાત્રી કરવી હોય તો થોડો વખત એ દીવા આગળ બેસીને કામ કરો અથવા ઓરડામાં એવો એકાદ દીવો બળતો રાખીને બારી બારણાં બંધ કરો તો થોડાજ વખત તમારું માથું ચડી આવશે. કોયલા બાળવાનો ચાલ પણ હમણાં હમણાંમાં બહુ વધી ગયો છે. આ વસ્તુ પણ ઝેરી કારબોનને પેદા કરે છે અને ઘરની હવાને બગાડે છે.

બારી બારણાં બંધ કરીને સુવાથી અને કોયલા જેવી વસ્તુને ઘરમાં લાંબા વખત સુધી બળતી રાખવાથી બનતા અકસ્માતોમાં એક દુઃખ કા-

૨૬ અકસ્માતનો બનાવ કલકત્તાના “ ઇન્ડિયન મેડિકલ રેકર્ડ ” માં અ-
 મોએ હમણાંજ વાંચ્યો છે. એ હકીકત એવી છે કે, ગોન્ડા સ્ટેશન ઉ-
 પરના એક છાપરામાં (ઘરમાં) ચાર માણસોનું એક કુટુંબ તન્દુરસ્ત
 હાલતમાં રાત્રે સુતું, પણ સુતા પહેલાં તેમણે એક ઘણીજ બચંકર બૂલ
 કરી તે એકે, જે ઓરડીમાં તેઓ સુતાં તેનાં બારી બારણાં બંધ કર્યાં,
 અને અધુરામાં પુરું તે ઓરડીમાં ગરમી રહેવા માટે કોલસાની એક સગ
 ડી સળગતી મૂકી. પરિણામ એ આવ્યું કે સવાર પડતાં સૃષ્ટીમાં તે ઓ-
 રડીમાં સુતેલાં ચાર માણસો—એક પુરૂષ તેની સ્ત્રી અને એ દીકરા—ગું-
 ગળાઈને મુઠેલાં માલમ પડ્યાં. ડાક્ટરને બોલાવી તપાસ કરવામાં આવી
 આસિચ્છંદ સરજન ડાક્ટર બી. ડી. પેન્ટ લખે છે કે, જ્યારે સવારમાં હું
 તેમની ઓરડીમાં દાખલ થયો ત્યારે ઓરડીમાંની હવા બગડેલી અને કાલ
 સાની હવાના વાસવાળી મને લાગી અને એજ ઝેરી હવાને લીધે તે મા-
 ણસો મરી ગયેલાં મારા જોવામાં આવ્યાં “ પોસ્ટ મોર્ટેમ ” ની પરી-
 ક્ષામાં તેમનાં ફેફસાં તથા હૃદયની હાલત તપાસતાં આ અકસ્માત બીજા
 કોઈપણ કારણથી નહિ પણ બગડેલી ઝેરી હવાથીજ બન્યો હતો એવી
 ખાત્રી કરવામાં આવી હતી. જે ઓરડીમાં તેઓ સુતાં હતાં તે ઓરડી
 ૧૦ ફુટ લાંબી અને આઠ ફુટ પહોળી હતી; તેને એકજ દિશામાં બારી
 હતી. ઘરની અંદરના એક નાના ખંડમાં વધારે માણસો સુવે અને તાજી
 હવાને આવવા જવાનો રસ્તો ન મળેતો તેનું પરિણામ કેવું બચંકર આવે
 છે, તે આ દાખલાથી સારી રીતે સમજી શકાય છે. વળી આ દાખલાથી
 એક એવી પણ ચેતવણી આપણને મળે છે કે, આઠ દશ ફુટની
 નાની બંધેચ ઓરડીમાં ત્રણ ચાર માણસો સુવે તો તે ઓરડીની હવા
 બગડે છે અને સુનારાઓના જીવની હાનિ કરી શકે છે. માણસોના પ્રમા-
 ãમાં જગા મોટી હોયતો હવાના રસ્તા બંધ કર્યા છતાં તે જગાની અંદર
 રહેલી હવા તેમને વાસ્તે પુરતી થાય છે, પણ જો જગા સાંકડી હોયતો
 તેમાંની હવા તેમના શ્વાસોશ્વાસથી બગડે છે અને એજ બગડેલી હવાનો
 શ્વાસોશ્વાસ લેવાથી પ્રાણની હાનિ થાય છે. સૌથી સલામતી બરેલો રસ્તો તો
 એજ છે કે સુવાની જગા સાંકડી હોય કે પહોળી હોય તથાપિ તેમાં બહા-
 રથી તાજી હવા અંદર આવે અને અંદરની બગડેલી હવા બહાર જાય
 એવા બીંદામાં અને છાપરામાં રસ્તા હોય તો આવા માઠા બનાવો બ-
 નવા પામે નહીં.

સ્ત્રીરોગ ચિકિત્સા.

Treatment of Diseases in Women.

(પૃષ્ઠ ૪૭ અનુસંધાન.)

સુવાવડ

સુવાવડના કામમાં સર્વ પ્રકારની સ્વચ્છતા તથા શુદ્ધ હવાની જરૂર છે, તે વિષે અમો આગલા અંકોમાં જણાવી ગયા છીએ. સુવાવડી સ્ત્રીને ખાટલો સાંકડી અંધારી કોટડીમાં રાખવાને બદલે હવા તથા અજવાળા વાળા ખુલ્લા ઓરડામાં રાખવો જોઈએ. સુવાવડીના ખાટલાની આસપાસ કે તેના ઓરડામાં સ્ત્રીઓની ઘણી ભીડ કે વાતચીતની ગડબડ નહિ થવા દેવી જોઈએ. વેળુ શરૂ થયા પછી બહુધા ૨૪ કલાકે બાળકનો પ્રસવ થાય છે. જે વેળુ અતિ કષ્ટ સાથે આવે અથવા કાંઈ બીજું કારણ બને તો પ્રસવ થતાં થતાંમાં સ્ત્રી અત્યંત નાખાઈ જાય છે, અને પ્રસવ સુખ-શાંતિમાં થાય તોપણ પ્રસૂતાને ઘણોજ પરિમમ પડે છે. માટે બાળક અવતર્યા પછી તેને થોડા કલાક વિશ્રાંતિ માટે સુવા દેવી. ઉંઘ આવી જશે તો થાક ઉતરી જશે ને હુશિઆરિમાં આવશે. જે નાખાઈ ઘણીજ જણા-ય ને ઉંઘ આવે નહિ તો જગૃતિ અને શક્તિ લાવે એવી દવાની યોજ-ના કરવી. “દ્રાક્ષાસવ” આપવો. ડાક્ટરો “વાઇન” અને “બ્રાંડી”ની ભલા-મણ કરે છે, મટે ખપે તેણે તેની યોજના કરી છેક નાખાઈ ગયેલી પ્રસૂતાને હુશિયારીમાં લાવવી.

ઉપર પ્રમાણે એક ઉંઘ લીધા પછી અને હુશિઆરીમાં આવ્યા પછી પાણીમાં થોડો બ્રાંડી (દારૂ) નાખીને બહારના ભાગેને દહાડામાં જે ચાર વખત સારી રીતે ધોવા; અને ઓર પડી ગયા પછી ગરમ પાણીમાં રૂમાલ કે કપડું બોળીને બહારના ભાગ ઉપર વારંવાર મેલ મેલ કર્યા કરવું.

સુવાવડી સ્ત્રીને થોડા દિવસો સુધી તો તેના ખાટલામાંજ પડી રહેવા દેવી. બિછાનામાંથી ઉઠીને વારંવાર બેસવાથી કે હરવા ફરવાથી ગર્ભસ્થાન પોતાની જગાએથી ખસી જાય છે, રક્તસ્ત્રાવ થાય છે, અને તેમાંથી બીજાં બચંકર દુર્દો પેદા થાય છે. આઠ દિવસ સુધી તો તેને સુવાડીજ રાખવી, અને ઝાડો પેશાબ પણ તેને તેના ખાટલામાંજ વાસણ ધરીને કરાવવો. થોડા દહાડા વીતી ગયા પછી જરા જરા બેસવા ઉઠાડવાની ટેવ પાડવી અને પંદર દિવસ પછી ધીમે ધીમે હાલ આલ કરવી. આવી તજ-

વીજ રાખવાની ઘણી જરૂર છે. આપણા લોકો આ બાબતમાં આવી કાંઈ પણ તજવીજ નથી રાખતાં, અને તેથી તે કારણથી સ્ત્રીઓના સંબંધમાં જેવી ખરાબી થાય છે, તેવી બીજાં થોડાંજ કારણોથી થતી હશે. માટે આપણા દેશની સ્ત્રીઓએ આ વાત પર પૂર્ણ રીતે લક્ષ આપવું જોઈએ.

પ્રસવ થયા પછી પ્રસૂતાને થોડા દિવસો સુધી ઋતુસ્ત્રાવની પેઠે લોહી પડ્યા કરે છે અને તે રક્તસ્ત્રામાં ઓરનો કેટલોક ભાગ તથા ગર્ભસ્થાનમાં રહેલો કેટલોક કચરો બહાર આવે છે. આ રક્તસ્ત્રાવ ધીમે ધીમે ઓછો થાય છે અને રંગ બદલાવા માંડે છે. આવું રક્ત અથવા રક્તમિશ્રિત જુદા જુદા રંગનું પાણી દશ પંદર દહાડા સુધી ચાલ્યા કરે છે અને પછી બંધ થાય છે. આવા સ્ત્રાવને એકદમ બંધ કરવાનો ઉપાય કરવો નહિ. ગરમ પાણીમાં કપડું બોળીને પેશાબના દ્વાર પાસે બહાર મુકવું. ઠંડા પાણીમાં બોળેલું કપડું અથવા ઠંડું પાણી એવા સ્ત્રાવને તુરંત બંધ કરી દે છે, અને તેથી ફાયદો થવાને બદલે હિલકું બીજા વ્યાધિ પેદા થાય છે. કોઈ વખત રક્તસ્ત્રાવ ઘણોજ થાય ને તેથી પ્રસૂતાને ઘણી જ નબળાઈ આવી જવાનો ભય થાય તો “અત્યાર્તવ”ના રોગમાં કહેલા ઉપાયો દામે લગાડવા.

પ્રસવ કરાવવામાં દાયણો ઘણી વખત ધીરજ અને સાવચેતી રાખવાને બદલે કિતાવળ કરી બચ્ચાંને તાણી જોંચવાની અજમાયેશ કરે છે અને તેથી ઘણી વખત સુવાવડીને ઘણી દુખ થાય છે, તે એ કે અંદગની બાં ફાટી ચીરા પડે છે, અને તેવાં ક્ષતો મહા મુશ્કેલીથી રજાવી શકાય છે.

સુવાવડી સ્ત્રીને પ્રસવ થયા પછી ખોરાક આપવાના સંબંધમાં જુદા જુદા દેશમાં અને જુદા જુદા જાતોમાં જુદા જુદા રીતો ચાલતી જોવામાં આવે છે. આ સંબંધમાં અમે અત્રે એક સામાન્ય સૂચના કરીશું તે બસ ફરે. ઘણેક દેશોએ એવો રીવાજ છે કે સુવાવડીને પ્રથમ બે ત્રણ દિવસ લાંઘણ કરાવવામાં આવે છે. આ રીવાજ નબળી સ્ત્રીઓના સંબંધમાં ફાયદો કરનારો થઈ પડવાને બદલે નુકસાન કરે છે. ખરું છે કે પ્રસવ થયા પછી તરત કાંઈ પણ બોળતર વસ્તુ કે ખોરાક પેટમાં લેવાને માટે આપવો એ હાનિ કરે છે. સાચી સારી વાત તો એ છે કે, પ્રસવ થયા પછી પ્રથમ ચાર પાંચ દહાડા સુધી સાચું ચોખ્ખાની કે આરાઈટની કાંજ, દૂધ, ચાહા, એવું પ્રવાહી અત લલકું પાવણ આપવું. આપણા લોકો સુવાવડી સ્ત્રીને દૂધ આપવાને બહુ ડરે છે, અને ડરવાનાં કારણો પણ હોય છે, પણ જે પ્રસવ અને સુવાવડી નબળા સ્ત્રીમાં અને તાવ ઝાડો વગેરે

ખીજી ઉપદ્રવ વિના પસાર થાય છે, તેમાં થોડા દુધની કાંજ કે દુધ મિ-
શ્રિત ગરમ ગરમ ચાહા આપવાને કરી પણ અડચણ નથી. નવા તાજ
અને વાસુ તથા અજીર્ણના નવા જાડાના દરદ સિવાય ખીજી ધણાખરા બ્યા-
ધિમાં દુધ આપી શકાય, એટલુંજ નહિ પણ ખીજી બધા ખોરાક કરતાં
દુધ વિશેષ ફાયદો કરે છે. એમ પણ કહ્યા વિના ચાલતું નથી. ડાક્ટરો
દુધની વારંવાર ભલામણ કરે છે, તેને અમો મનજીતપણે ટેકા આપીએ
છીએ, અને સોડાના મનમાં દુધને વાસ્તે જે વહેમ અને અભાવ
હાખલ થઇ ગયો છે, તે નીકળી જઇ તેઓ દુધ જેવા પથ્ય પદાર્થનું છુટ
થી સેવન કરતા થાય એવું અમો ઇચ્છીએ છીએ. સુવાવડના કેટલાક
બ્યાધિમાં અમો દુધની ભલામણ કરીએ છીએ, એટલુંજ નહિ પણ
બચંકર સૂતિકા રોગમાં એકલુ દુધ પીવાની ફરજ પાડી અમો વૈદો ધણી
વખત અસાધ્ય સ્થિતિએ પહોંચેલા સુવા રોગને મટાડી શકીએ છીએ.
ત્રણ ચાર દિવસ સુધી સુવાવડીને આવા હલકા પ્રવાહી પદાર્થ આપ્યા
પછી ધી ગોળની રાખડી તથા શીરો આપવા માંડવો અને એક પખવા-
ડીયુ વીત્યા પછી હમેશના વપરાશનો ખોરાક આપવો. પ્રસવ થયાના દિવ-
સથી તે ફરી દોઢ મહિને કે બ્યારે રજો દર્શન થાય ત્યાં સુધી સ્ત્રીને
“સુવાવડી” ગણવી જોઇએ અને સુવાવડીના નિયમો પાળવા જોઇએ.

સુવાવડી સ્ત્રીએ પરિશ્રમ, મૈથુન, ક્રોધ અને ઠંડા પદાર્થોનું સેવન,
એટલાં વાનાંનો અવસ્ય ત્યાગ કરવો. અયોગ્ય આહાર તથા વિહારથી સુવા-
વડી સ્ત્રીઓને જે બ્યાધિઓ ઉત્પન્ન થાય છે, તે કષ્ટસાધ્ય અથવા અચા-
ધ્ય થઇ પડે છે. અતિ પવનવાળી જગા, અયોગ્ય આચરણ, વિષમ
ભોજન અને અજીર્ણ એટલાં વાનાં સુવાવડીને અસાધ્ય રોગોનાં કારણ
થાય છે. સુવાવડી સ્ત્રીને મુખ્ય કરીને નીચે પ્રમાણે રોગ થાય છે.

તાવ, ખાંસી, ઝાડો, સોજા, શૂળ, મંદાગ્નિ, અશ્ચિ, ઉલટી, અગનું
ભાંગવું, ગાત્રોનું ભારેપણું, વગેરે રોગો સુવાવડીને થાય ત્યારે તેને
સૂતિકા રોગ અથવા ‘સુવારોગ’ કહેવામાં આવે છે. આ રોગો સૂતિકા
સ્ત્રીઓનાં માંસ તથા જીળનો ક્ષય થવાથી અને સુવાવડના કેટલાક દોષો
શરીરમાં રહી જવાથી થાય છે. સુવાવડી સ્ત્રીના શરીરમાં જે દુષ્ટ લોહી
રહી જાય છે તો તે નાના પ્રકારના બ્યાધિ રૂપે દુઃખ દેછે, અને એવું
દ્વિપિત એટલે બગડેલું લોહી શરીરમાંથી ધણા કષ્ટ કરીને નીકળી શકેછે.
એટલા વાસ્તે સુવાવડમાં ધણીજ સંભાળ અને સાવચેતી રાખવાની અગ-
ત્યતા હોય છે. સુવાવડી સ્ત્રીએ એક માસ સુધા અદ્ય એટલે થોડું

અને હલકું ભોજન લેવું; પથ્ય એટલે સુવાવડ અને પ્રકૃતિને અનુકુળ પડતું ભોજન લેવું, સ્નિગ્ધ એટલે ધીવાળુ ભોજન લેવું; નિલ શેક લેવો, અને અભ્યંગ એટલે શરીરે નિત્ય તેલ ચોળાવવું.

હવે સુવાવડી સ્ત્રીના વ્યાધિના ઉપાયોનો વિચાર કરીએ. આવા વ્યાધિના કેટલાક ઉપાયો વૈદ્યકનો ધંધો કરનારાના વૈદ્યો અને ડાક્ટરોથીજ અર્થ શકે એવા હોય છે, તોપણ હું અત્રે એ ત્રણ સામાન્ય ઉપાયો ટાંકી બતાવું છું, જે હું ધારું કે દરેક કુટુંબમાં દરેક પ્રસંગે નિર્ભયતાથી ચોળવા જેવા છે.

(૧) દેવદાર, ઘોડાવજ, કઠ, પીપર, સુંઠ, કરીયાનુ, કાયફળ, કડુ, ધાણા, હરદે, ગળપીપર, ભેરીંગણી, ગેંખર, ધમાસો, ઉભી ભેરીંગણી, અતિવીશની કળી, ગજો, કાકડાશીંગી, અને કાળીજીરી. એ બધાં સમભાગે લઈ તેને અધકચરાં ખાંડીને તેમાંથી ત્રણ ચાર તોલા ભુદા શેર ખાણીમાં ઉકાળવો અને આઠમા ભાગનું પાણી બાકી રહે ત્યારે તે કાઢો કપડેથી ગાળી લઈ તેમાં જરા સીંધાલુણ તથા હીંગ નાખીને પાવો. આ કવાથથી સુવાવડીના ઘણાએક રોગ દુર થાય છે, જેવાકે શુળ, ઉધરસ, તાવ, શ્વાસ, મૂર્છા, કંપ, માથાનો દુખાવો, બકવા, તરસ, બળતરા, તંદ્રા (ધેન) ઝાડો ઉલટી, અને વાયુ તથા કફના સર્વ રોગ મટે છે. આ કવાથ સુવાવડી સ્ત્રીને માટે સર્વોત્તમ અને નિર્ભય ઉપાય છે અને હરેક પ્રસંગે કાંધપણ ભય રાખ્યા વિના તેનો ઉપયોગ કરી શકાય છે. સવારે ઉઠાજેઝ કાઢના કુચા ફરી સાંજે એજ પ્રમાણે ઉકાળી તેનો ઉપયોગ કરવો. જેમ “ દશમૂળ કવાથ ” સુવાવડી સ્ત્રીઓને આપવામાં આવે છે તેમ આકવાથ પણ સુવાવડી સ્ત્રીને થોડા દિવસ આપવામાં આવેતો તેના શરીરમાં સુવાવડનો કાંધપણ દોષ કે વિકાર રહેવા પામે નહિ એવો અમેાને આ કવાથ ઉપર પૂર્ણ વિશ્વાસ છે.

સુવાવડી સ્ત્રીઓને કાટલાં (પાક) કરીને ખવરાવવાનો રીવાજ છે. આવાં કાટલાંઓ જુદા જુદા લોકો જુદી જુદી રીતે બનાવે છે અને તેથી તે કાટલાંઓ શું ફાયદો કે ગેર ફાયદો કરે છે તેને માટે અમે કાંધપણ અભિપ્રાય આપી શકતા નથી. અમે એ કાટલાંઓને ઠેકાણે નીચેનાં જે કાટલાં અથવા પાકનો બલામણુ કરીએ છીએ જેમાંનો કાંધપણ એક પાક થોડા દિવસ ખવરાવવાથી સુવાવડમાંથી ઉઠેલી સ્ત્રીઓની નબળાઈ, અને નબળાઈથી જન્મ પામેલા બીજા વ્યાધિ તેમજ વાયુ, તાવ, ઉધરસ, ક્ષય, શ્વાસ, પાંદુ એટલે શીકારા અને બીજા કેટલાક દોષો દુર થઈ શરીરમાં શક્તિ આવે છે. તે બે પાક બનાવવાનો બિધી નીચે પ્રમાણે છે:—

(૨) જીરું, કલૌણજીરું, સુવા, વરીયાળી, અજમો, બોડીઅજમોદ, ધાણા, સુંઠ, પીપર, પીપરીમૂળ, ચિત્રક, બોર, કઠ, કપીલો એ દરેક પદાર્થ ચાર ચાર તોલા ભાર લઈ બારીક ખાંડવાં, પછી ૪૦૦ તોલા ભાર ગોળ, ૧૨૮ તોલા ભાર દુધ અને ૧૬ તોલા ભાર ધી એ ત્રણેને એક કડાઈમાં નાખી તેમાં ઉપલું ચૂર્ણ મેળવી તાપ આપવો અને દુધનો ભાગ બળી જઈ પાક જેવો પાક થયેથી ઉતારી લેવો અને તેનાં ચોસલાં અથવા લાડુ બનાવી નિલ સવારમાં જઠરાગ્નિના બળ પ્રમાણે ખાવો.

(૩) સુંઠ ૩૨ તોલા તેને બારીક ખાંડી લૂગડે ચાળીને તેમાં ૩૨ તોલા ગાયના ધીનો કરમો દેવો. પછી ૮ શેર ગાયના દુધમાં નાખી માવે ચાય ત્યાં સુધી તે દુધને ઉકાળવું અને પછી ધીમે તાપે કીટી ચાય ત્યાં સુધી હલાવવું પછી ૮ શેર સાકર લઈ તેની ચાસણી કરવી. તેમાં ઉપલી સુંઠની કીટી તથા નીચે લખેલાં ઓસડો નાખી પાક કરવો—વાવડીંગ, સુંઠ, નાગકેસર, મરી, પીપર, મોથ, એ દરેક ચાર ચાર રૂપિયા ભાર, વરીયાળી ૩. ૧૧ ભાર અને ધાણા તોલો ૦—તથા શક્તિ હોય ને મળી શકે તો તેમાં લોહભસ્મ તથા અબ્રક ભસ્મ એકેક તોલો નાખવા, તથા અદામ, પસ્તાં, ચારોળી વગેરે પણ યથા રૂચિ તથા યથા શક્તિ નાખવાં.

(૪) સુંઠના પાકનો બીજો લેખ આ પ્રમાણે પણ છે:— ધી ૩. ૮ ભાર, દુધ ૩. ૧૨૮ ભાર, ખાંડ ૩. ૨૦૦ ભાર, એ ત્રણેને એકઠાં મેળવી તેમાં સુંઠનું ચૂર્ણ, ૩. ૩૨ ભાર નાખવું. પછી તેનો ગોળપાકના જેવો પાક તૈયાર કરવો. અને નાચે ઉતારી તેનાં નીચે લખેલ વસ્તુઓનું ચૂર્ણ નાખી મેળવી લાડુ કરવા:—ધાણા ૩. ૧૨ ભાર, વરીયાળી ૩. ૨૦ ભાર અને વાવડીંગ ધાણું જીરું, સુંઠ, મરી, પીપર, મોથ, તમાલપત્ર, તળ, નાગકેસર, તથા એલચી એ દરેક ચાર ચાર રૂપિયા ભાર.

वनस्पति वर्णन.

The Vegetable Materia Medica.

(૫૪ ૪૫ નું અનુસંધાન.)

આંબાહળદર.

[સં.—આમ્રગિણા; મ. અંબેહળદ;

વાર્મન—આંબાહળદર એ હળદરની એક વસ્તુ છે. હળદરના બધા અંગ ગુણ આંબાહળદરમાં પણ છે. ગાંધીનિ ત્યાં તેના ખીન્ના, ચપટા અને

અર્ધચોરસ કટકા મળે છે. આંબાના જેવી તેમાં મુગંધ હોવાથી તેનું નામ આંબાહળદર પડેલું જણાય છે. આ આંબાહળદર હળદરની પેઠે દાળ, શાક, અને મશાલામાં વપરાતી નથી. મુખ્ય કરીને તેનો ઉપયોગ ચોપડવાના ઉપાયોમાં થાય છે; ખાવા તરીકે તેનો ઉપયોગ બહુ થોડો થાય છે.

ગુણ તથા ઉપયોગ—રોપણ, કફ, વાત અને શોષક છે. કડવી, ખાટી, રૂચિપ્રદ, અગ્નિદીપક, ઉષ્ણ, તુરી અને સારક છે; રક્તના જમાવને તોડનાર છે, રક્તવિકાર, ત્રણ, કરની ખાંસી, દમ, હેડકી વગેરે દરદે-માં આંબાહળદરની યોજના ફાયદો કરે છે. તે શોષક હોવાથી રક્તાશય અને ચામડીના જીર્ણ રોગમાં તે ફાયદો કરે છે. મૂંઢમાર અને જખમ ઉપર તેની અસર સારી જોવામાં આવી છે; તથા તેનો મેંદાલકડી અને સાજીખારની સાથે ઉપયોગ કરવામાં આવે છે તો તુરત ફાયદો કરે છે. મૂંઢમારને લીધે લોહીનો જમાવ થઈ ગાંઠ બંધાય છે, લીલું ધાણું પડી આવે છે અથવા સોજો થઈ આવે છે, તે ઉપર આ ત્રણે વસ્તુ અથવા આંબાહળદર અને સાજીખાર અથવા તે પણ ન મળી શકે તો વડાગરૂં મીઠું ખદખદાવીને લગાવવાથી અને ઉપર થોડો શેક કરવાથી સોજો અથવા ગાંઠ વેરાઈ જાય છે. આંબાહળદર અને કાળીજીરી સાથે વાટીને શરીરે ચોળવાથી શરીરની લુખસ અને ખરજ દૂર થઈ શકે છે. આંબાહળદર, કડુ, અજમા અને હરતાલની યોજના સર્પદંશમાં ઘણી ઉપયોગી છે, એવો “આર્યઔષધ” નો લેખ છે.

આસંધ.

[સં. અસ્વગંધા; મ. આસ્કંધ; હિં. અસગંધ.

વર્ણન—આસંધનાં વૃક્ષ આશરે બે હાથ ઉંચાં થાય છે અને ખાનદેશ, વરાડપ્રાંત અને ધાટના ડુંગરોમાં ઘણાં પાકે છે, આપણા બજારમાં તે ઘોડા આસંધના નામથી પણ ઓગળાય છે. ગાંધી લોકોને ત્યાંથી ‘આસંધ’ એવા નામથી જે વસ્તુ મળે છે તે આસંધના વૃક્ષનાં મુળીયાં છે એ મુળીયાં ગોળ લુખરા પીળા રંગનાં હોય છે અને બાગવાથી તેમાંથી ઘોળો ભુકા નીકળે છે.

ગુણ તથા ઉપયોગ—પૌષ્ટિક ગુણ તરીકે આસંધ સારી રીતે પ્રસિદ્ધ છે. લોકો આસંધનો પાક કરીને ખાય છે; તે રસાયન અને ધાતુવર્ધક વસ્તુ છે. તે જરા તીખી, ઉષ્ણ, લઘુ અને વૃણ્ય છે; વાત વ્યાધિ, ક્ષય, નબળાઈ, અને બીજા દેહલાક વ્યાધિમાં તેની યોજના કરવામાં આવે છે.

નખળાં બાંધનાં છોકરાં કાઠું કરતાં ન હોય તેમને આસંધનું ચૂર્ણ અથવા આસંધ અને કાળાતલનું ચૂર્ણ દુધમાં કે મધમાં આપવાથી સારો ફાયદો થાય છે ગર્ભવાળી સ્ત્રીઓની નખળાઈ દૂર કરવા માટે આસંધનો કાઠી કરી આપવાથી તેની નખળાઈ દૂર થાય છે અને બાળક સશક્ત અવતરે છે. આસંધનું ચૂર્ણ દુધમાં સેવવાથી વૃદ્ધપણું દૂર થાય છે એવો શાસ્ત્રનો લેખ છે; આસંધનું ચૂર્ણ, આંખળાંનો રસ, અને જેઠીમધનું ચૂર્ણ લેવાથી આંખની દૃષ્ટિ સ્વચ્છ થાય છે. આસંધનો કાઠો દુધ નાખીને કરવો અથવા આસંધને દુધમાં નાખી ઉકાળવી તે દુધમાં ધી નાખીને ઋતુ પ્રાપ્ત થયેલી સ્ત્રી પીએ તો તેને ગર્ભ રહે છે એવો લેખ છે, માટે તે અજમાવી જોવાની ભલામણ કરવામાં આવે છે; સ્ત્રીને ધાવણ ન આવતું હોય તો આસંધ, અને જેઠીમધના કાઠામાં ગાયનું દુધ મેળવી થોડા રોજ પાવાથી ધાવણ આવશે. તે બે વસ્તુની અંદર ભોંકાળું મળે તો તે મેળવવાથી ઘણી સારી અસર થાય છે. આસંધ અને શતાવરીનું ચૂર્ણ મધ તથા ધીમાં ચાટવાથી વાયુ દબાય છે. આસંધ અને સાકરનું ચૂર્ણ ધીમાં ચાટવાથી કમરનો દુખાવો મટે છે. પુષ્ટિ માટે આસંધનું ચૂર્ણ દુધમાં નાખીને પીવું.

ઇન્દ્રજવ.

[સં. ઇન્દ્રયવ-કુટજ; મ. કુડા; હિં. કોરેઆ.

વર્ણન—ઇન્દ્રયવનું ઝાડ છ સાત હાથ ઉંચું થાય છે. એનાં પાંદડાં બદામડીનાં પાન જેવડાં લાંબા થાય છે. ઇન્દ્રજવનાં પ્રૂક્ષેનું શાક થાય છે; તેની શીંગો ઝીણી અને લાંબી હોય છે. આ શીંગોમાંથી જવના દાણા જેવડા લાંબા દાણા નીકળે છે, તે ઇન્દ્રજવ કહેવાય છે. આ દાણા બહુજ કડવા હોય છે. ઇન્દ્રજવનાં ઝાડને આપણા દેશમાં કડાનાં ઝાડથી ઓળખવામાં આવે છે. તેની બે જાત છે. કાળોકડો અને ધોળોકડો. કાળાકડાની શીંગોમાંથી જે ઇન્દ્રજવ નીકળે છે તે ખરા ઇન્દ્રજવ છે. ધોળા ઇન્દ્રજવમાં એવો ગુણ હોતો નથી ધોળાકડા કરતાં કાળાકડાનું ઝાડ મોટું અને કઠણુ થાય છે અને તેનાં લાકડાં ઇમારત બાંધવાના કામમાં પણ આવી શકે છે. કાળાકડાની છાલ પણ ઔષધના કામમાં વપરાય છે અને તેને કડાછાલ કહેવામાં આવે છે. આ પ્રમાણે ઇન્દ્રજવ અથવા કડાનાં ઝાડમાંથી કડાછાલ અને ઇન્દ્રજવ એ બે વસ્તુઓ ઔષધ તરીકે કામમાં આવે છે અને ઘણીજ ઉત્તમ દવાઓ તરીકે તેમનો ધણોજ બહોળો ઉપયોગ થાય છે.

ગુણ તથા ઉપયોગ—ઈન્દ્રજવ આહી એટલે જાડને રોકનાર, દી-
પન પાચન એટલે જઠરાગ્નિને પ્રદીપ્ત કરી અત્રને પચાવનાર, કૃમિમ્
એટલે પેટનાં કરમીઆને મારનાર અને જવરમ્ એટલે તાવને કિતારનાર
છે. રક્તદોષ, અતિસાર, હરસ, કૃમિ, જવર, આમ, દાહ તથા પિત્તના
રોગમાં તે સારો ફાયદો કરે છે. ઝાડો, ચૂંક, કૃમિ, વગેરે રોગમાં આ
દવાનો વપરાશ ધણેજ સાધારણ થઈ પડેલ છે. ઈન્દ્રજવમાં કોઈ પ્રકારનો
અવગુણ નહિ હોવાથી દરેક ધરમાં તેનો સંગ્રહ કરી રાખવામાં આવે છે
અને બૈરાંઓ બાળકોને વારંવાર પાય છે. ઈન્દ્રજવ સારો ફાયદો આપે છે.
ઈન્દ્રજવ, મેથ, બીલીનાં ફાયાં ૫ળ (બીલાં) લોદર, મોચરસ અને ધાવ-
ડીનાં ઝૂલ એ છ દવાઓને એકત્ર કરી તેનું ચૂર્ણ લેવાથી ગરમીનો ઝાડો
એકદમ રોકાય છે. બાળકોની ઉલટી, કૃમિ, પેટપીડ, ઝાડો, મરડો, ચૂંક,
વગેરેમાં ઈન્દ્રજવ વાપરવાની ભલામણ કરવામાં આવે છે. ઈન્દ્રજવ અને
વાવડીંગને લોઢીપર શેકીને તેનું તૈયાર રાખેલું ચૂર્ણ ઉપલાં બધાં દરદોમાં
સારો ગુણ આપે છે. જાડાના રતંબનને માટે એટલે ઝાડો બંધ કરી દેવાને
માટે ગાંધીને લાંથી મલતાં ઓસડીયામાં ઈન્દ્રજવ સાંથી ઉત્તમ ઉપાય છે,
કેમકે તેનામાં દીપન પાચન ગુણ હોવાને લીધે તે કાચા આમને પકાવીને
ઝાડો બંધ કરે છે, જેથી પેટચડી આવવાની બીલકુલ ધાસ્તી રહેતી નથી.
અશીણ અથવા અશીણવાળી સ્તંબન ગુણની દવાઓ જાડાનો એકદમ ક-
બળે કરે છે, પણ તેમાં પેટ ચડી આવવાનો ભય છે. ઈન્દ્રજવના ઉપયો-
ગમાં એવો કશો ભય નહિ હોવાથી તેમજ તેનામાં અશીણના જેવો ઝેરી
ગુણ બીલકુલ નહિ હોવાથી બાળકોના તેમજ મોટાં માણસોના જાડામાં
ધણી છુટથી વપરાય છે. ઈન્દ્રજવ અથવા કડાનાં જાડની છાલ, જેને
‘કડાછાલ’ કહેવામાં આવે છે, તેનું વર્ણન “કડાછાલ” ના મથાળા
નીચે કરવામાં આવશે.

શરીર રચના તથા તેની ક્રિયાઓ.

General Structure & Functions.

જ્યારે આપણે આપણી આસપાસની નજીવી ચીજોનું પણ જ્ઞાન
ધરાવીએ છીએ, ત્યારે આપણે પોતે શું છીએ, આપણું શરીર શાનું
અનેલું છે તથા તેમાં કઈ કઈ શક્તિઓ કેવું કેવું કામ કરે છે, એ વ.

એરે આપણા ઉત્તમ શરીરના જ્ઞાન વિષે આપણે કાંઈ પણ માહિતી ન ધરાવીએ, તો તેને માટે આપણે ખરેખર શરમાવું જોઈએ. જન્મતમાં અજ્ઞાન એજ દુઃખનું મૂળ છે, અને સર્વ અજ્ઞાન કરતાં શરીર સંબંધી અજ્ઞાન સર્વથી મ્હોટા કલેશનું કારણ થઈ પડે છે. આપણા શરીરની રચના અદ્ભુત છે અને તેથી તે વિષેનું સંપૂર્ણ જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવાને હજી નાણુસ જાત શક્તિવાન થયેલ નથી. તથાપિ શોધક અને સૂક્ષ્મ બુદ્ધિવાળા વિદ્વાનોએ અત્યાર સુધીમાં તેનાપર જે અજવાળું પાંડેલું છે, અને એ દિશામાં આપણે જે જ્ઞાન ધરાવીએ છીએ, તે જ્ઞાન ઉપરથી આપણા પેદા કરનાર પરમ પિતા પરમેશ્વરની અપાર શક્તિ અને હદાપણના જેવા પુરાવા મળે છે તેવા પુરાવા બીજી કોઈપણ વિંધા જાણવાથી મળતા નથી.

હું કોણુ, આ શરીર શાનું, અને તેના શું ધર્મ છે, એવા પ્રશ્નો દરેક માણસે પોતાના મનને કરવા જોઈએ. વિવેકી અને વિચારવંત માણસો આ પ્રશ્નોમાંથી ધણું જ્ઞાન મેળવી શકે છે, અને તેઓજ પોતાની હયાતીનો સારો ઉપયોગ કરી જીંદગી અથવા જીવનું સફળ કરે છે.

આ શરીરરૂપી ધરની રચના, તેની અંદરના જીદા જીદા વિભાગો અને અવયવો, તેમજ તેના પદાર્થોનું સામાન્ય જ્ઞાન દરેક માણસે મેળવવું જોઈએ અને વૈદકના જીદા જીદા ગ્રંથોમાંથી આપણે એ સંબંધી કેટલુંક જ્ઞાન મેળવવાને શક્તિવાન થયેલા છીએ. પરંતુ આશ્ચર્યની વાત છે કે એ ધર જેનાવડે ચૈતન્યવાળું, શક્તિવાળું, અને ગતિવાળું બનેલું છે, જેના વડે તે જીવનું ગણાય છે અને જેના વિના તે મરેલું મનાય છે, અને જે તે ધરમાં વાસ કરીને રહેલ છે, તે ધરધણીનેજ મૂળમાં વિસારી દેવામાં આવેલો છે, અને તેને ઝોળખવા કે ઝોળખાવવાનો વૈદકના આધુનિક નવિન ગ્રંથોમાં કાંઈ પણ યત્ન કરેલો જોવામાં આવતો નથી. માત્ર જડ શરીર અને તેના અવયવો જાણવાથી આપણને આપણા શરીરનું વાસ્તવિક રીતે કાંઈ પણ જ્ઞાન થઈ શકતું નથી. શરીરના અંદરના ચૈતન્યવાળા ભાગના તથા તેના ધર્મોના જ્ઞાન વિનાનું જડ વસ્તુનું જ્ઞાન કેવળ શુષ્ક જ્ઞાન છે. હાલના વૈદકનું અને ઔષધોપરનું મંડાણ એ શુષ્ક જ્ઞાન ઉપર થયેલું છે, એમ બહુ સૂક્ષ્મ વિચાર કર્યા પછી કહ્યા વિના આવતું નથી. શરીરના જીદા જીદા અવયવો અને જડ પદાર્થોનું જ્ઞાન મેળવવાની જેટલી અમક્ષતા છે તેના કરતાં તેમાં વસવાવાળા જીવ વિષે જ્ઞાન મેળવવાની વિશિષ્ટ આવશ્યકતા છે. એટલા માટે જીવ શું વસ્તુ છે, કોણુ છે, ક્યાંથી આવે છે, કેવી રીતે સ્થિતિ કરે છે અને શરીરનો શા માટે ત્યાગ કરે છે,

તેમજ શરીર માથે તેનો કેવો નિબંધ છે, એ સંબંધી મધ્યસ્થિતિ સમ-
જન્ય માડતા પછી જડ શરીરના જુદા જુદા અવયવો અને લોહી,
માંસ, હાડકાં વગેરે શરીરના ધાતુઓ વિષેની ઠીક ઠીક સમજણ આપવાનો
આ પત્રમાં પ્રયત્ન કરવામાં આવશે.

વાસ્તવિક રીતે જોતાં આ સૃષ્ટિની ઉત્પત્તિ અને સ્થિતિમાં મૂળ અને
મુખ્ય બેજ પદાર્થો નજરે પડે છે. ૧. જડ અને ૨. ચૈતન્ય. આ બન્ને
પદાર્થો અનાદિ છે; બન્ને અવિનાશી છે; બન્ને અન્યોન્યાશ્રયી છે. પરસ્પર-
આશ્રય લીધા વિના બન્ને પદાર્થો સ્વતંત્રપણે કાંઈ કાર્ય કરી શકતા નથી.
ચૈતન્ય એ મહા સમર્થ શક્તિ છે, પણ તે કામના અથવા ઇચ્છા રહિત
હોવાથી જડના આશ્રય વિના તે કાંઈ પણ કામમાં પ્રવૃત્ત થતી નથી. એ-
વીજ રીતે ચૈતન્યનો આશ્રય લીધા વિના જડ વસ્તુ કાંઈ પણ કામ કરી
શક્તી નથી. આ ચૈતન્ય શક્તિને પરમાત્મા, આત્મા, પુરુષ અથવા બ્રહ્મ
એવાં નામો આપવામાં આવેલાં છે; અને જડને માયા, અને પ્રકૃતિ એવાં
નામોથી પણ ઓળખવામાં આવે છે.

જે શરીર વિષે જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવાનો અત્રે આપણે યત્ન કરીએ
છીએ તે શરીરનુંજ દૃષ્ટાંત લઈએ તો આ વાતની આપણને ખાતરી થવા
વિના રહેશે નહિ. ચૈતન્ય અથવા આત્મા વિનાનું શરીરનું જડ બોમ્બ
કોઈપણ ક્રિયા કરી શકતું નથી, અને જડ શરીરથી જુદો પડ્યા પછી
આત્મા પણ કાંઈ કામ કરતો હોય એમ આપણે કદિ જોયું કે જાણ્યું
નથી. માયાના યોગથી બંધાયા પહેલાંનો આત્મા કેવળ શુદ્ધ અને ઇચ્છા
તથા ક્રિયા રહિત છે. માયાના આવરણમાં આવ્યા પછી આ આત્મા
ઈચ્છાવાળો થઈ સૃષ્ટિ ઉત્પન્ન કરવામાં પ્રવૃત્ત થાય છે, અને માયા જડ
હતાં એ ચૈતન્યના સંયોગવડે જગતને ઉત્પન્ન કરી શકે છે. જગતને એ-
ટલે જગતના જીવો તથા પદાર્થોને ઉત્પન્ન કરવામાં આ જડ અને ચૈતન્યની
એક-સરખી અગત્યતા જોવામાં આવી છે. માયામાં જોડાયા પછી જ્ઞાન બળે
કરીને આ આત્મા આસક્તિ કે રાગદ્વેષ વિના પણ શરીરમાં રહી શકે છે,
અને ત્યાં તેને જીવનમુક્ત એવો જીવાત્મા કહેવામાં આવેલો છે. એજ જી-
વાત્મા માયામાં લપટાઈ જઈ અનેક ક્રિયાઓમાં પ્રવૃત્તિ કરે છે.

ચાલુ ચર્ચા.

Notes & News.

મરકી.

મુંબઈમાં મરકીનું જોર હજી નરમ પડ્યું નથી. ગયા વર્ષમાં ગરમી
પડવાની સાથે મરકીનું જોર એકદમ નરમ પડી ગયું હતું અને તેથી

પ્રજાખંધુ

હજાર લાખના નામનું અઠવાડિક વર્તમાનપત્ર હોય છે મૂળરાત્રી બાબમાં મૂળરાત્રી શૂન્યતાની અમલવાદ સેહેર મધ્યે સારા માયાપર તા. ૬-૬-૬૮ થી દર રવીવારે પ્રગટ થવા માંડ્યું છે.

મૂળરાત્રના આ ભાગમાં સારી કલમથી એક સારા વર્તમાન પત્રની જરૂરીયાત વિશે આજ લાંબા સમયથી દરિયાદ આવી આવે છે અને કેળવાયેલી વર્ગ તેની ઉંચા પ્રકારની રચિતે તૃપ્ત કરે એવા એક પત્રની હયાતી માટે વારંવાર માગણી કરતી આવી છે. આ જરૂરીયાત પુરી પાડવા માટે કેટલાંક વખત થયાં તૈયારી કરવા માંડેલી, અને હવે તેની શરૂઆત થઈ અમે સુકી હોવાથી અમે મૂળરાત્રી પ્રજા અને વાચક વર્ગને અમારા સા-દા અને ફળીભૂત કરવા વીનવીએ કરીએ છીએ.

મૂળરાત્રમાં કેટલાંક પત્રો પ્રગટ થાય છે, પણ થોડાજ અપવાદ સિવાય બધાંખરાં પત્રો કંગાળ અને કઠંગી સ્થિતિમાં, તથા કેળવાયેલી પ્રજાની રચિતે પ્રતિકૂળ હોવાની કડવી દરિયાદો થયા કરે છે. બીજી તરફ થી સમગ્ર દેશી જાપાની હાલની સ્થિતિ બહોળ જારીક થઈ પડેલી છે. આવા જારીક વખતમાં જ્યારે કેટલાંક પેપરો ચિંતાતુર બનેલાં છે અને બીજાં કેટલાંક બધે પડવાતા વિચારમાં પડેલા જણાય છે, ત્યારે અમે સંપૂર્ણ જિસાદથી પ્રજાની તેમજ રાજ્યની સેવા માટે બહાર પડ્યા છીએ. જાહેર લખનારાઓની શું ફરજો છે, તે અમે સારી રીતે સમજીએ છીએ. એ ફરજોમાંથી સૌથી અગત્યની ફરજ એ છે કે, જેમ સરકાર અને પ્રજા વચ્ચે કાંઈ પણ પ્રકારની ગેર સમજુતી કે અપ્રીતિની લાગણી ઉત્કેરાય એવાં લખાણોથી અલગ રહેવાની જરૂર છે, તેમ રાજ્ય તથા પ્રજા પરસ્પર કેવા ધર્મોથી બંધાયેલ છે, તે ધર્મોનું યથાર્થ પ્રતિપાલન થાય છે કે નહિ અને પ્રજાની શું શું ફરિયાદો અને જરૂરીયાતો છે તે વિશે નિડરપણે પણ નિષ્પક્ષપાતપણાથી અને સંપૂર્ણ વફાદારીની લાગણીથી વિચારો આપી રાજ્ય પ્રજા વચ્ચે પિતા પુત્રની પેઠે દિન પ્રતિદિન પ્યારની વૃદ્ધિ થાય એવાં કર્તવ્યોમાં તેમને હોરવાની અવશ્ય કરીને જરૂર છે. આવા અ-નેક વિચારો જ્ઞાનમાં લઈ અમે ઉપલુ પત્ર શરૂ કર્યું છે, અને તેનું આ વર્ષ માટે મૂલ્ય માત્ર ટપાલ સાથે રૂ. ૨૦૦૦ રાખ્યું છે. નમુનાના અંક તથા વધુ ખુલાસા માટે “એનેજર પ્રજાખંધુ” એ નામે લખી પુછાવો.

પ્રસાર્ય.

તૈયાર છે. આહકાએ લખાવનારો રૂ. ૧૧ તથા પોસ્ટેજનો અરધો આ-
મે, તેની દીકરી મોકલી મંગાવી લેવું.

દરેક કુટુંબ અને ઘરમાં આ પુસ્તક વંચાવાની જરૂર છે.

ચરક-સુશ્રુત.

વૈદ્યવિદ્યાના આ બે આદિ અને સર્વોપરી મહાન્નગ્રંથોનાં મૂળ સાથે
ગુજરાતી ભાષામાં ભાષાન્તરે પ્રગટ કરવાનો કેટલોક સમય થયાં અમારો
અરજી થતો આવે છે. સુશ્રુતનું ભાષાન્તર "વૈદ્યકદ્વયતર" એપ નિયામાં બે
વર્ષ થયાં છપાતું હતું. પણ તેને જુદા અંથના આકારમાં છપાવવાનો પ્રયત્ન
આવતો હોવાથી હવેથી તેમાં છપાતું અંથ કર્યું છે; અને "ચરક સંહિતા"
ને અંથના આકારમાં છપાવવાનો અમારો તત્કથી આરંભ થયો છે.

ધરવૈદ્ય.

ગુજરાતી ભાષામાં આજ સુધીમાં છપાયેલા વૈદ્યકના
ગ્રંથોમાં સર્વથી ઉપયોગી તેમજ સર્વથી સસ્તો અંથ-
તૈયાર થાય છે—છપાય છે.

કદ રાંધલ ૫૦૦ પૃષ્ઠ—અત્ત માત્ર રૂ. ૧૧૧ પોસ્ટેજ જુદા.

દરેક ઘરમાં હાથે હાથે ઉપયોગી થઈ પડે એવી બાબતો અને ઉપા-
યોનો અપૂર્વ સંગ્રહ આ ગ્રંથમાં કરવામાં આવેલો છે.

વૈદ્યકના ગ્રંથો અને દરદોના ઉપાયો એટલે ક્વાઓ સામાન્ય તેમજ
ગરીબ વર્ગના લોકોને માટે આજકાલ બારે મોઢી થઈ પડેલ છે અને તેથી
તે લોકો વૈદ્યકના જ્ઞાનથી તેમજ દરદોના ઉપાયેથી બેનશીમ બનેલા છે.
આ વાત ખાસ લક્ષમાં રાખીને મેં આ ગ્રંથ તૈયાર કરેલો છે. શરીર સં-
રક્ષણ અને આરોગ્યતાની સમય સમય અને પ્રસંગે પ્રસંગનાં સુચનાઓ
સાથે ઉપાયોનો જે સહેલો સંગ્રહ આ ગ્રંથમાં આપવામાં આવેલો છે તે
દરેક કુટુંબને એક સારા સલાહકાર અને ધરવૈદ્યની ગરજ સારી થકરી,
અને ગરીબ માણસ પણ આ ઉપયોગી ગ્રંથનો લાભ લઈ શકે એવા હે
તુથી દ્રવ્યાદિક લાભનો વિચાર બાબતુપર મુદી દબાવે એકવાર તો આ ગ્રંથ
પડત કિમતે પ્રજામાં વહેંચી આપવો એવો મેં સંકલ્પ કરેલો છે. આ
ગ્રંથની સંપૂર્ણ માહિતી માટે તેનાં સૂચીપત્રો અમારી પાસેથી મંગાવી
ખાતરી કરો.

અમદાવાદ
રિચિરેડ.



વૈદ્ય જટાશંકર લીલાધર,
ગુજરાત આયુર્વેદ પંથકાળ.

વૈદ્યકદ્વપતર.

વૈદ્યક સંબંધી ઉપયોગી વિષયો ચરચનાર
માસિક પત્ર.

A MONTHLY MEDICAL ADVISER.

પુસ્તક ૪ થું.

મે સને ૧૮૯૮.

અંક ૫ મો.

તંત્રી

વૈદ્ય જટાશંકર લીલાધર ત્રિવેદી

ગૂજરાત આર્ય ઔપધશાળા

અમદાવાદ.

વિષયાનુક્રમ.

વિષય.	પૃષ્ઠ.	વિષય.	પૃષ્ઠ.
પ્રખ્યાત રાજ્યવૈદ્ય ઝંડુભટ્ટજીનો સ્વર્ગવાસ.	... ૬૫	રાજ્યવૈદ્ય કર્ણાશંકર ઉર્ફે ઝંડુ ભટ્ટજીના ચરિત્રની ટુંકીનોંધ	૬૭

અમદાવાદ—“પ્રભાત” પ્રીન્ટીંગ પ્રેસમાં મુદ્રાકિત કર્યું.

વાર્ષિક મૂલ્ય

પોસ્ટેજ સાથે રૂ. ૧૧ અગાઉથી. પાછળથી રૂ. ૧૧૧૧.

(સર્વ હક્ક સ્વાધિન.)

ગ્રાહકોને વિજ્ઞાપના.

૧. “બ્રહ્મચર્ય” એ નામનું પુસ્તક ખાસ આ ચોપાનિયાના ગ્રાહકોને બેટ આપવા માટે તૈયાર કરી છપાવેલ છે. જે જે ગ્રાહકો તરફથી લવાજમ વસુલ થયું છે તેમની તરફ એ બેટનું પુસ્તક મોકલી આપવામાં આવેલું છે. જેમના તરફથી લવાજમ હજી સુધી નથી મળ્યું તેમના તરફ, અમે અગાઉ કરેલી સૂચના મુજબ, એ બેટનું પુસ્તક વે. પે. મોકલી ચોપાનિયાના પૈસા ટપાલ ખાતા દ્વારા મંગાવી લેવાનો અમોએ દરખાસ કરેલો છે; માટે આશા છે કે તે સાહેબો બેટનું પુસ્તક લઈને પોસ્ટેન્ડ તથા મનીઓરડર કમીશન સાથે લવાજમના પૈસા ટપાલમાં બરશે.

૨. અમારાં જાન્યુનાં ગ્રાહકો સિવાય બીજા જે જે ગૃહસ્થો તરફ આ ચોપાનિયું મોકલવામાં આવે, તેઓ તે ચોપાનિયું વાંચી ઉપયોગી જણાય તો તેનો સ્વીકાર કરશે અને અમોને એક પોસ્ટકાર્ડથી લખી જણાવેથી તેમનાં નામ ગ્રાહકોના લીસ્ટમાં નોંધવામાં આવશે. આ ચોપાનિયું કેળવણીમાં કુટુંબોમાં ધણાજ પ્રેમથી વંચાતું થયું છે તે કહેવાની હવે કશી જરૂર નથી. શરીર સંરક્ષણની ખરી કિંમત કરવાવાળા ગૃહસ્થો આ ચોપાનિયાને પોતાના કુટુંબમાં વંચાતું જોવાને બહુ આતુરતા ધરાવે છે. જવેરની પરીક્ષા જવેરીઓજ કરી શકે છે !

૩. આ ચોપાનિયા માટે લેખો લખી મોકલવાને વૈદો તેમજ વૈદવિદ્યાના શોખીનોને છુટ છે. પણ એ લેખો આ ચોપાનિયામાં લેવા લાયક હશે અને અમને પસંદ પડશે તોજ દાખલ કરવામાં આવશે.

૪. ગ્રાહકોને રોગ સંબંધી કે અમારા ધંધાને લગતી કાંઈ પણ સલાહ બેઠતી હશે તો તે લખી મોકલવામાં આવશે.

૫. પત્ર વ્યવહાર કરનારાઓએ ઉત્તર માટે અરધા આનાની ટીકીટ અથવા પોસ્ટ કાર્ડ મોકલી દેવું. પોસ્ટેન્ડ મળ્યા વગર અમારા ખર્ચે ઉત્તર આપવાનું અમોને પોસાય તેમ નથી.

૬. આ ચોપાનિયાનાં પાંચ ગ્રાહકો મેળવી આપનારને અથવા અમારી દ્વારાજામાંથી પાંચ રૂપિયાની કિંમતની દવા મંગાવનારાઓને એક વરસ સુધી આ ચોપાનિયું મફત મોકલવામાં આવે છે.



વૈદ્યકલ્પતર.

પુસ્તક ૪ થુ.

મે સને ૧૮૯૮.

અંક ૫ મો.

પ્રખ્યાત રાજ્યવૈવ જંદુભટ્ટનો સ્વર્ગવાસ.

આલોકનો ધનવંતરી પરલોકવાસી થયો !

હિંદુસ્તાનનાં આ છેલ્લાં બે ત્રણ બારે એટલે કચ્છકારક વર્ષોમાં તેને માથે જે આપત્તિઓ પડેલી છે, તેમાં આ દેશના કેટલાક મહાન પુરુષોના દેહત્યાગ અને વિયોગ એ આપત્તિઓમાં ઘણા મોટા વજારો કરનાર થઈ પડેલ છે. આપણા ઇતિહાસનીજ વાત કરીએ તો આ ઇતિહાસમાં હમણા હમણામાં કેટલાક પ્રસિદ્ધ પુરુષોના મૃત્યુની દુઃખદાયક નોંધ લેવામાં આવી છે. આ પ્રસિદ્ધ પુરુષોમાં કેટલાક વિદ્વાનો અને કેટલાક રાજનીતિજ પુરુષો, કે જેમણે પ્રજા સેવા થોડે કે ઘણે અંશે બજાવેલી છે, તેમની તેમાં ગણના કરવામાં આવે છે. પણ ચાલતા માસમાં અનેજા એવાજ એક દુઃખદાયક બનાવને અંગે જે મહાપુરુષના મૃત્યુની નોંધ લેવાની દુઃખદાયક ફરજ મારે માથે આવેલી છે, તે મહાપુરુષનો વિયોગ તો આ દેશના અશુભની પુરેપુરી પ્રતીતિ આપે છે. વિદ્યા તેમજ દ્રવ્યાદિક સાધનો વડે જેઓ પ્રસિદ્ધિ પામી દેશની સેવા બજાવવાને બાગ્યશાળી થાય છે, તેઓને મોટાં માણસોની પંક્તિમાં આપણે મુકીએ છીએ. પણ મહાત્માઓનું વર્તન અને વિચારો અસાધારણ હોય છે, અને માણસ જાતનાં ચાલતા વ્યવહારો કરતાં તેમના વ્યવહાર અને વિચારો ઘણી વિશેષ ઉચ્ચ બાવનાવાળા અથવા દૈવી હોય છે. આગળના મહાત્માઓની અને ભક્તજનોની અદ્ભુત વાતો આપણે સાંભળીએ છીએ, પણ આ સમયમાં એવા મહાત્માઓ જવલ્લેજ જોવામાં આવે છે. ચાલતા સમયમાં આ દેશના સ્વર્ગસ્થ પ્રસિદ્ધ પુરુષોમાં જે કોઈ પણ પુરુષ ખરેખર 'મહાત્મા' ની ઉચ્ચ પદવીને યોગ્ય થઈ ગયેવ હોય તો તે એકજ પુરુષ છે, કે જેણે ચાલતા માસમાં દેહ ત્યાગ કર્યો છે.

આ મહાત્મા પુરુષ તે આપણા સુપ્રસિદ્ધ જામનગરવાળા રાજ્યવૈદ્ય ઇશ્વરશંકર ઉર્દે જંદુભટ્ટજી છે. તેમણે ગયા મંગળવારે નડિયાદ મુકામે સ્વર્ગવાસ કર્યો છે. નડિયાદના પ્રસિદ્ધ દેશાઈના કુટુંબમાં દવા કરવા સારૂ વૈદ્યરાજને ખાસ તેડાવવામાં આવેલા હતા. ત્યાં તેઓ છેલ્લા વીસ દિવસ થયાં આવેલા હતા. તેમના દેહને આમ અકસ્માત હરકત આવે એવા તેમના શરીરમાં હાલ કશો વ્યાધિ નહોતો. તા. ૧૦ મી મંગળવારે બપોરે જમીને તેઓ હમેશની પેડે બેઠા હતા તેવામાં તેમને છાતીમાં કાંઈક ગભરામણ થઈ આવ્યું અને ગભરામણની સાથે એકાદ બગાસામાં તેમનો જીવાત્મા એ દેહમાં વસવાને અયોગ્ય ધારીને કોઈ બીજા વધારે લાયક દેહમાં વસવાને કે પરમાત્મામાં લીન થવાનું આદ્યો ગયો. પા કલાકની અંદરનો આ મામલો હતો અને તેથી કાંઈપણ ઉપચાર કે ઉપાય કરવાનો અવકાશ હતો નહિ.

વૈદ્યરાજ જંદુભટ્ટજીના સ્વર્ગવાસથી આપણે એક મહાપુરુષને ગુમાવ્યો છે. વૈદ્યરાજ જંદુભટ્ટજીના સ્વર્ગવાસથી આપણે એક ખરેખરા તત્ત્વજ્ઞાનીને ગોચો છે; વૈદ્યરાજ જંદુભટ્ટજીના સ્વર્ગવાસથી આપણો ધનવંતરી ગયો છે, અને પ્રાચીન આર્યવૈદ્યવિદ્યાને હાલ તુરતને માટે વૈદ્યત્વ પ્રાત્ત થયું છે. કવિ દલપતરામના સ્વર્ગવાસથી થોડાજ વખતપર ગુજરાતી કવિતાને રંડાપો આવ્યો છે, તેવીજ રીતે આપણા આ વિદ્વાન અને લોકપ્રિય વૈદ્યશિરોમણીના સ્વર્ગવાસથી વૈદ્યવિદ્યાને રંડાપો આવ્યો છે. આ વિદ્યાઓને વરવા પાળા વિદ્વાન ઉમેદવારો ધણા હશે, પણ જે યોગ્યતા અને વિદ્વતા કવિ દલપતરામમાં અને વૈદ્યરાજ જંદુભટ્ટજીમાં હતી, તે યોગ્યતા અને વિદ્વતાની ખરેખરી ખોટ છે; જે ખોટ હાલ તુરત પુરાઈ શકે એમ અમને લાગતું નથી; કેમકે વિદ્યાની કુશળતા સાથે બીજા સદ્ગુણો વિના એટલે યોગ્યતા વિના તે વિદ્યા શોભતી નથી અને જનહિત પણ તેથી થતું નથી.

વૈદ્યરાજ પોતાની પાછળ શ્રવણ જેવો આઝાપાળક પુત્ર, પુત્રને ઘેર પુત્ર, આર બાઈઓ, બેહેનો અને તેમનો સર્વનો પરિવાર મળી લગભગ સાઠ પાણોસો માણસોનું એક મેટું બાગ્યશાળી અને કીર્તિવંત કુટુંબ મૂકી ગયા છે. તેઓ પોતાની પાછળ વૈદ્યવિદ્યાનો વિશાળ અનુભવ મૂકી ગયા છે. પણ તેઓ એથી પણ અધિક કીમતી એક એવી વસ્તુ મૂકી મયા છે કે જે વસ્તુ આપણને બીજા કોઈ દ્રષ્ટાંતમાં કોઈ એમનાથી ધણુ અધિક પ્રસિદ્ધ પુરુષમાં મળી શકવાનું નથી. તે કીમતી વસ્તુ શું ? તેમના ઉત્કૃષ્ટ વતન અને નિચારોની ઉંડી છાપ. તત્ત્વજ્ઞાનની જે જે મોટી મોટી ચાતો

આપણે વિદ્વાનો પાસેથી માત્ર સાંભળીએ છીએ; તે વાતો આપણે આ મહાન પુરૂષના વર્તનમાં નજરે નિહાળી છે. બોલવામાં અને વર્તવામાં જેટલું અંતર છે એટલુંજ અંતર બીજા પુરૂષોમાં અને આ તત્ત્વજ્ઞાની વૈદ્યરાજમાં હતું એમ કહેવામાં અમે કાંઈપણ અતિશયોક્તિ કરતા નથી. ઇશ્વર એમના પવિત્ર આત્માને શાંતિ આપે.

રાજ્યવૈદ્ય કર્ણાશંકર ઉર્ફે ઝંડુભટ્ટજીના ચરિત્રની ટુંકી નોંધ.

મહાન પુરૂષોનું વર્તન અને વિચારો અને તેમાંથી મંડળાને મળતું શિક્ષણ એ ચરિત્ર (Biography) ના સાહિત્યકારોને માટે એક મોટું ક્ષેત્ર છે. પણ મહાન પુરૂષ કોને કહેવો અને કોનું જીવન ચરિત્ર જનમંડળને સુબોધક, અસર દારક અને આશિર્વાદ દાયક થઈ પડે તેનું પરીક્ષણ કરીને પસંદગી કરવી એ ઘણાંજ મહત્વની અને સૂક્ષ્મ વિચારની વાત છે. એક માણસ સવારથી સાંજ સુધી અથવા જન્મથી મરણ સુધી જે કાર્યો કરે તેની માત્ર નોંધ અથવા તવારીખના કોડા અને પાનાં બરી કાઢવાં, એ કાંઈ જન્મ ચરિત્રના સાહિત્યનો સાચો લેખ નથી. ઘણી વખત ન્હાના સરખા ગ્રંથમાંથી જેટલી અને જેવી ખૂબીઓ મળી આવે છે તેટલી અને તેવી ખૂબીઓ મોટાં મોટાં પોથાંમાંથી પણ મળી શકતી નથી; સંખ્યાબંધ માળની હિંચી હવેલી જે આકાશ સાથે વાતો કરતી હોય છે, અને જેને બહારથી જોઈને લોકો આશ્ચર્ય સાથે તેનાં વખાણુ પણ કરે છે, તેવી હવેલીમાંથી સૂક્ષ્મ અવલોકન કરનારાઓને જે ખૂબી નથી મળતી તે ખૂબી તેની જોડેના ન્હાના સરખા માળમાંથી મળી આવે છે; નેપોલિયન અને ઐરંગઝેબ સરખા બાદશાહો સોક્રેટીસ જેવા ઉપદેશક કરતાં વધારે નામીયા છે, તથાપિ સોક્રેટીસમાં જે તત્ત્વજ્ઞાન હતું, તેનામાં જે ખૂબીઓ હતી, અને તેનું ચરિત્ર જગતને જેવું દિતકારક થયું છે, તેમાંનું કશું પહેલા બે બાદશાહોના લાંબા લાંબા ઇતિહાસમાંથી પણ આપણને મળી શકતું નથી; સોક્રેટીસના જીવનમાંથી જગતને તત્ત્વજ્ઞાન મળ્યું છે ત્યારે નેપોલિયન અને ઐરંગઝેબના જીવનમાંથી રાજ્ય અને લક્ષ્મીનો લોભ અને એવા નીચ લોભમાંથી ત્રાસ, જીલમ, દ્રોહ, આપકાર કરતા અને કોરતા વિના ક્યું સારું શિક્ષણ જગતને મળ્યું છે?

ચારિત્રના સાહિત્યમાં સાહિત્યકારેને સારાં સાધનો-પાત્રો ભાગ્યેજ મળી શકે છે. મને જણાવતાં અતિ હર્ષ પ્રાપ્ત થાય છે કે, વૈધરાજ ઝંડુ બદ્ધના જીવનમાંથી ચારિત્ર સાહિત્યના લખનારાઓને એક સર્વોત્તમ ચરિત્રચિત્ર મળી શકશે. તેમનું જીવન થોડા બનાવોવાળું બને હોય, તેમનું નામ જગતના બંધે થોડા ભાગમાં જણીતું હોય, તથાપિ હંડા ઉતરી અવમોકન કરનારાઓને તેમના જીવનમાંથી અપૂર્વ સાહિત્ય મળી શકશે. શુષ્ક વર્તનો, શુષ્ક વાતો, શુષ્ક આચરણોના આડંબરથી બરેલું “જીવન ચરિત્ર” એક બાજુપર રાખો અને અંતઃકરણની હંડી હર્ષોઓનેજ અનુસરીને અંતરમાં એવુંજ બોલવામાં અને બોલવામાં એવુંજ આચારમાં જેનું જીવન સદૃશ થયું છે; જેના જીવનમાં સહૃદયતા, સરક્ષતા, શુદ્ધતા, પવિત્રતા, આર્દ્રતા, આત્મવત્તા, એવા ઉચ્ચ સદ્ગુણોનો સદૈવ વાસ થયેલો જેવામાં આવે છે, અને જેનું ઉન્નત જીવન ચડતી પડતીની અશાશ્વત્ વિકૃતિને કદિ આધીન નહિ થતાં અચળ નિશ્ચયવાળું થયું છે, એવા એક ખીજા ઉત્તમ “જીવન ચરિત્ર”ને તેની પાસે ખડું કરો. સાહિત્યકાર આ બેમાંથી કયું ચિત્ર પસંદ કરશે? એમાં કાંઈ શકેજ નથી કે તે આ ખીજું ઉન્નત ચરિત્ર પસંદ કરશે. વૈધરાજ ઝંડુબદ્ધનું ઉન્નત જીવન આવા ઉત્તમ સદ્ગુણો અને ઉત્કૃષ્ટ વર્તનોનું આદર્શરૂપ છે. જે સહૃદ્યોએ એ મહા પુરુષના જીવનમાંથી પ્રાપ્ત થતા અમૃતના ઝરણું પાન કરેલું છે અને જેઓ તેમના અંતઃકરણની આર્દ્રતા રૂપક રસના પ્રવાહમાં સ્નાન કરી રસબસ થયા છે, તેઓજ વૈધરાજના જીવનની અને તેની ખુખીઓની ખરી પરીક્ષા કરી શકે છે. મારી પાસે જોઇએ એવાં સાધનો નથી, અને તેથી હું તેમના ચરિત્રને જોઇએ એવો ન્યાય આપી શકવાને અશક્ત છું. અને તેથી હાલ તુરત અત્રે વૈધરાજના જીવનની ટુંકી નોંધ લીધી છે.

વૈધરાજનો જન્મ સંવત ૧૮૮૭ ના વૈશાખ સુદ ૫ ને રવિવારના રોજ થયો હતો. એમના પિતા વિકૃત્તબદ્ધ જામનગરમાં કુશળ વૈદ્ય ગણાતા હતા. એમણે પોતાના પિતાની પાસે વૈદ્ય વિદ્યાનો અભ્યાસ અને અનુભવ કર્યો હતો. એમની સાથે અભ્યાસ કરવાવાળા વિકૃત્તબદ્ધના ખીજા શિષ્યોમાં જામનગરના સ્વર્ગવાસી વૈધરાજ બાવાભાઈ, જુનાગઢવાળા વૈધરાજ રમનાથજી ઈંદ્રજી તથા મુંબઈવાળા વૈધરાજ પ્રભુરામ મુખ્ય શિષ્યો હતા. વિકૃત્તબદ્ધનું જ્ઞાન અને શિક્ષણ એવું તો હંચા પ્રકારનું હતું કે તેમના બધા શિષ્યો વૈદ્ય વિદ્યામાં કુશળ થયા અને વૈદ્ય તરીકે સારી પ્રખ્યાતિમાં આવ્યા.

વિઠ્ઠલમદને વૈદ્યરાજ ઝંડુભટ્ટજી સિવાય બીજા ચાર પુત્રો થયા, તેમણે પણ પિતાની પાસે તેમજ વડિલ બાપ ઝંડુભટ્ટજી પાસે શાળું ઉચા પ્રકારનું વૈદ્યક જ્ઞાન મેળવ્યું. આ પાંચ બાપઓ પાંચ પાંડવ જેવા હતા, જેમાંથી ધર્મરાજ (ઝંડુભટ્ટજી)એ દેહલામ કરવાથી પાંચ પાંડવોની ભેડી ખસીત થયેલી છે. આ પાંચે બાપઓની વિદ્વતા, તેમનું સુશીલપણું, સૌજન્ય, વડિલ બંધુ પ્રત્યેનો પુણ્યભાવ અને દરેક બાપમાં કોઇ કોઇ પ્રકારની અસાધારણ વિદ્વતા જોઇને, કોઇને એવીજ કલ્પના થાય કે વિઠ્ઠલમદને ઘેર રહેને પાંચ પાંડવોએ જન્મ લીધો હોય. વિઠ્ઠલમદ પાછળ આ પાંચે પુત્રોએ વૈદ્યક શાસ્ત્રમાં વિશેષ ધ્યાન લગાડ્યું અને વડિલ બાપ ઝંડુભટ્ટજીના શિક્ષણ અને અધ્યક્ષપણા નીચે જામનગરમાં સારા પાયાપર એક સંસ્થાના સ્થાપનામાં આવી.

વૈદ્યરાજ ઝંડુભટ્ટજી જામનગરના મરહુમ મહારાજ જામ શ્રી વિભાજી સાહેબના બાળસ્નેહી હતા અને તેઓ ખાદીએ આપ્યા ત્યારથીજ વૈદ્યરાજ જામસાહેબના વિશ્વાસુ વૈદ્ય તરીકે નીભાયા હતા. આ પ્રમાણે વિદ્યાદેવીની સાથે રાજ્યશ્રીનો સંયોગ થયો અને તેની સાથે વૈદ્યરાજની દીર્ઘા અને બાળ્યદેવીનો ઉદય થયો. એક મોટા રાજ્યના સંબંધમાં આવનાર રાજ્ય વૈદ્યને લક્ષ્મી વરવા આવે એમાં બહુ આશ્ચર્ય જેવું નથી, પરંતુ આપણા આ વૈદ્યરાજ લક્ષ્મીના ઉપાસક નહોતા, પણ લક્ષ્મી પ્રત્યે ઉન્નટા ઉદાસ હતા, અને તેથી રાજ્યના આશ્રયથી તેમને જે કાંઇ દ્રવ્યોદિક મદદ મળવા લાગી તેના પોતે ભોક્તા થવાને બદલે એવા દ્રવ્યનો ઉપયોગ ઔષધોના પ્રયોગો અજમાવવામાં અને દુઃખી દરદીઓને દવા તેમજ ખાનપાન વગેરેનો આશ્રય આપવામાં કરવા માંડ્યો. આવી ઉદારતામાં તેમણે પોતાનાં પરમાણુઓ બહુ વધારી દીધાં, તે એટલે સુધી કે લગભગ એક લાખ રૂપીયાનું કરજ તેમને માથે થઇ ગયું. કરજનો મોટો ભાગ રાજ્ય, રાજ્યની સાથે નિકટ સંબંધ રાખનાર માણસો અને સેહેરના મૃદસ્થ વર્ગમાંના માણસોનો હતો. વૈદ્યરાજ જામનગરના રાજા અને પ્રજાના સંપૂર્ણ વફાદાર રાજ્યભક્ત અને દેશભક્ત હતા અને પોતાના ધંધાને અંગે તેમજ સ્વભાવ સિદ્ધ ઉદારતા અને દયાળુપણાને લીધે તેમણે રાજ્ય અને પ્રજાના ઉપર સંપૂર્ણ ઉપકારો કરેલા હતા. વળી તેઓ નીતિ, ન્યાય અને અવહારમાં સંપૂર્ણ ધાર્મિક અને સત્યવ્રતવાળા હતા. આથી તેમના ઉત્તમ ગુણોને લીધે તેઓ સર્વત્ર પુજ્યપણાને પ્રાપ્ત થયા હતા અને તેથી દ્રવ્ય

દિક્કનો આશ્રય પણ તેમને મળ્યા કરતો હતો. પણ આ કરજના સંબંધ-
 માં તેમણે એક નિયમ બાંધ્યો હતો અને તે નિયમને ચુસ્તપણે વળગીને
 વર્તતા પણ હતા. તે નિયમ એ હતો કે મદલો આપ્યા વિના તેઓ કોઈ
 નો દ્રવ્યાદિક આશ્રય લેવા ના પાડતા હતા, કેમકે તે વાત તેમની ધમ્મા
 અને પસંદગીની બહાર હતી. દવાઓના નવા નવા પ્રયોગો શોધવામાં,
 અજમાવવામાં, અને દરદીઓ ઉપર અનુભવ લેવામાં તેમણે લાખો કોરીતું
 કરજ કર્યું હતું પણ તે બધા કરજતું તેઓ નિયમિત વ્યાજ આપતા
 હતા. આટલું કરજ છતાં તેમણે પોતાની શાખ અને આંટ એટલી તો
 વધારી દીધી કે તેમના પોતાના નામની ચીઠીઓ (હુંડીઓ) બજાર-
 માં આજીવી થઈ. વૈધરાજે પોતાના દરદીઓ ઉપર એવાતો જબર-
 દાથ રાખ્યા હતા કે તેમના પૈસાદાર અને લેણુદાર દરદીઓ પ્રસંગે પ્રસંગે
 પ્રસન્ન થઈને હજારોની રકમ દવા પેટે માંડી વાળતા હતા તથાપિ
 દુઃખી દરદીઓ તરફની દયા અને ઉદારતામાં વૈધરાજે પોતાનો હાથ કદિ
 પણ ટૂંકો કર્યો નહોતો. કરજ ઓછું થતું કે તેઓ ખીજી તરફથી ખરચ
 વધારી દઈ વધારે મોટા પાયા ઉપર તેઓ પોતાના પ્રયોગો ચલાવે જતા
 હતા. આવું સાહસ ખેડવામાં તેમના મુખ્ય હેતુ એ હતા; નવાં નવાં
 ઔષધોનો અનુભવ કરવો અને દુઃખી દરદીઓને આશ્રય આપવો. આ
 બન્ને હેતુમાં વૈધરાજ સંપૂર્ણ યશસ્વી નીવડ્યા છે. એ બન્ને હેતુ તેમણે
 ઘણી સારી રીતે સંપાદન કરેલા છે. એમના જેવો વિશાલ અનુભવ કોઈ
 પણ વૈધ કે ડાક્ટરે કરેલો જણવામાં આવેલો નથી. જે ઉત્તમ અને આ-
 શીર્વાદ દાયક ઔષધો અને પ્રયોગો તેમણે શોધ્યા છે, અજમાવ્યા છે અને
 પોતાના મંડળમાં ચાલતા કર્યા છે, તે હાલતો પરિચિત જનમંડળનેજ આશી-
 ર્વાદરૂપ થઈ પડેલ છે અને જે જગતના સદ્ભાગ્યે કોઈ એનાજ જેવો
 આગ્રહી અને પરોપકારી પુરૂષ નીકળી આવે અને એમને પગલે ચાલી
 તેમના પ્રયોગો અને અનુભવો ઉપર વિશેષ અનુભવનું અણુતર કરી આગળ
 ચલાવે તો અમે નિશ્ચયપૂર્વક માનીએ છીએ કે એક વખત એવો પણ
 આવે કે, અંગ્રેજ વૈધવિદ્યા તેના ગમે તેવા ભભકાવાળા શોધોમાં ભભકી
 હોઈ છે છતાં જે તે પોતાની આ આર્થ ભગિનીની ભવ્યતાનું સ્વરૂપ સ-
 મજો તો તેને પોતાની પુજ્ય અને વડિલ બહેન તરીકે સ્થાપે અને આર્થ
 વૈધવિદ્યા જગતમાં સર્વત્ર પુજાતી થાય. વૈધરાજે જગતના ઉપર આ મહ-
 ત્વ ઉપકાર કરેલો છે અને એવા ઉત્તમ કામમાં કરેલું કરજ અમે કરજ
 સમજતા નથી પણ તે તેની કીર્તિની નિશાની છે. જે વૈધરાજે બાંધ્યું હતો

તો આ કરજ તેઓ એક સપાટે આપી શકત; જે તેમણે ધાર્યું હોતતો તેઓએ આજે લાખો રૂપીઆની સંપત્તિ મેળવી હોત, પણ તેઓ પોતે વખતે વખત બોલતા હતા તે પ્રમાણે જે તેઓ કરજની ચિંતાથી મુક્ત રહ્યા હોત અને દ્રવ્યાદિક વૈભવના ભોગી થયા હોતતો તેઓ પોતાના ધંધામાં, અને શોધોમાં આવી ઉત્તર દશાએ આવી શકત નહિ. જેઓ કરજની વિરુદ્ધ થઈ વૈધરાજને બોધ આપતા હતા તેને તેઓ એવો ઉત્તર આપતા હતા કે “ જ્યારે અમારે માથે કરજ રૂપી ચિંતા નહિ હોય અને પૈસાનો સંમત કરવા તરફ અમારી વૃત્તિ થશે ત્યારથી અમારી પડતી થશે, એવું હું માનું છું. અમે જે કાંઈ કર્યું છે તે અમારી સ્થિતિ તાંગીવાળી હોવાથીજ થઈ શક્યું છે. જ્યારે પાસે પૈસો થશે ત્યારે તેમાનું કશું અમારાથી બનવાનું નથી.” વૈધરાજ આ પ્રિન્સીપલને સુસ્તપણે વળગી રહ્યા હતા અને જે તેમના આ વિચારોને અમલમાં મૂકવામાં વ્યવહાર સિદ્ધ વ્યક્તિઓ તરફથી અપ્રસન્નતા અને પ્રતિકૂળતા ન લાવવામાં આવી હોત અને વૈધરાજનું શરીર પાછલાં વર્ષોમાં કાંઈ લથડી ગયું તેમ ન થયું હોતતો એ પુરૂષાર્થી પુરૂષ જગતના હિતને અર્થે ભારે મહોટું સાહસ કરવાને ચૂકત નહિ. “ માણસના આયુષ્યની કાંઈ હદજ હોઈ શકે નહિ, અને માણસોનું સરાસરી આયુષ્ય સો વર્ષનું તો હોવુંજ જોઈએ, ” એ તેમનો મુખ્ય સિદ્ધાન્ત હતો. મૂર્ખ અને અજ્ઞાન લોકો આ વાતને હસી કાઢતા હતા અને વૈધરાજને ઉન્માદ થયો છે એમ પણ બોલતા હતા. પણ વૈધરાજે આ સિદ્ધાન્તનો અનુભવ પ્રસિદ્ધ કરવાના કાર્યનો આરંભ કર્યો હતો. માણસ જાતના આયુષ્યની સરાસરી વધવાના વૈધરાજે જે નિયમો ધડી કાઢ્યા હતા તેમાંના થોડા નિયમોનો પ્રજાને અનુભવ આપવાની તેમણે શરૂવાત કરી હતી. આ મહાભારત કામ લાખો અને કરોડોના ભંડોળ વિના સિદ્ધ થાય એવું નહિ હતું પણ આ સ્વપરાક્રમી અને શરીર પુરૂષનું મહાન મગજ તે બધાં સાધનોને માટે વિચાર કર્યા વિના રહ્યું નહોતું. તેમણે આ વિષયપર બહુ બહુ મગજમારી કરી પોતાના અંતઃકરણથી ચોક્કસ યોજનાનો નિર્ણય કર્યો હતો. આ કામ થોડા વખતમાં સિદ્ધ થાય એવું નથી. આજે તેનું બી રોપ્યું હોય તો સેંકડો વર્ષે તેનાં ફળ મળી શકે, એવું એ મહોટું કાર્ય છે. વરાળયંત્ર ઉપર એક માણસે કલ્પના ચલવી, તે કલ્પનાના આધારે બીજાને તેમાં ઉડાડતો, ત્યારે તેમની ઉત્તર પ્રજાએ તેનો સંપૂર્ણ લાભ લીધો. એવીજ રીતે આરોગ્યતા અને વૈદ્યક સંબંધી બધા વિચારો અને શોધો એક માણસ પોતાની હયાતીમાં

ખાર પાણી શકે એ અસંભવિત છે; પણ વૈદરાજ્ય ઝંડુભટ્ટએ આર્થ વૈદ-
કશાસ્ત્રપર જે અજવાળું પાડેલું છે, જે જે નવા શોધો અને પ્રયોગો
કરેલા છે અને આયુષ્યની સરાસરીના સંબંધમાં તેમણે જે જે વિચારો
કરેલા છે, તે શોધો અને વિચારો જગતને કાઠ પણ કાળે બિવિષ્યમાં
ઉપયોગી અને આધારભુત થઈ પડશે, એમાં તો કાંઈપણ શક નથી.

વૈદરાજ્ય ઝંડુભટ્ટએ પોતાના આયુષ્યનો મોટો ભાગ દેશી દવાઓ
અને દુઃખી દરદીઓની સાથેજ કાઢેલો છે. તેમણે પોતાનાં તન, મન અને
ધન સર્વસ્વ એ કામમાંજ અર્પણ કરી દીધાં હતાં અને તેથી ખર્ચ કહી-
એ તો તેમણે એટલાજ માટે દેહ ધારણ કર્યો હતો એમ બોલીએ તો તેમાં
કાંઈ પણ અતિશયોક્તિ ગણાશે નહિ. આયુષ્ય વધારનારી દવાના પ્રયોગો
તેમણે મહા મુસીબત ઉઠાવીને તૈયાર કર્યા, જાતે અનુભવ્યા અને દરદી-
ઓમાં વાપરી તેનો અનુભવ કર્યો પછી અને વૈદક શાસ્ત્રમાં આરોગ્ય અને
આયુષ્ય વર્ધક જે પ્રયોગો છે તે ખરા છે એવી તેમની ખાત્રી થયા પછી
“હું તે પ્રયોગોનો માણસ જાતને શી રીતે લાભ આપી શકું અને મારા
દરદીઓનાં ભયંકર દરદો હું શી રીતે મટાડી શકું”, એજ વિષયમાં તે-
ઓ રાત દિવસ નિમગ્ન રહેતા હતા, તે એટલે સુધી કે એ પ્રકારની ચિં-
તા અને શ્રમ હઠાવવામાં તેમણે પોતાના શરીરની પણ દરકાર કરી નહો-
તી. આવા શ્રમ અને ચિંતાને લીધે તેમનાં શરીરને ધસારો ન લાગ્યો
હોત તો મારી ખાત્રી છે કે વૈદરાજ્ય હજુ લાંબુ આયુષ્ય ભોગવત. પણ
જે વિષયમાં વિદ્વાનો પુરે પુરા ઉતરે છે, તે વિષય પછવાડે તેઓ એવો
તો ચુસ્ત રહે છે કે તેમને પછી પોતાના સુખની કે શરીરની બાંધીજ થો-
ડી દરકાર રહે છે. જેણે જગતના હિતને અર્થે શ્રમ ઉઠાવી શોધો કર્યા છે
તે બધાના સંબંધમાં એવીજ હકીકત બનેલી જોવામાં આવશે. જે પુરૂષો
જગતને બહુ ઉપયોગના હોય છે તે પુરૂષો બહુ લાંબુ આયુષ્ય ભોગવી
શક્તા નથી; કારણ કે તેઓ પોતાના શરીરના અને સ્વાર્થના રક્ષણ કરતાં
પરના સુખ અને પરના સ્વાર્થ તરફ વધારે લક્ષ આપી શ્રમ કરનારા હોય
છે, અને તે શ્રમથી તેમના શરીરને વિશેષ ધસારો લાગ્યા વિના રહેતો નથી.

વૈદરાજ્ય પોતાના ધંધામાં મગ્ન અને મસ્ત હતા. ધંધામાં મગ્ન અને
મસ્ત હતા એટલે આજ કાલ એ ધંધાવાળાઓ જેવી રીતે પોતાનો ધંધો
બધારવા અને દ્રવ્ય ઉપાર્જન કરવા માટે મસ્ત જોવામાં આવે છે તેવી
રીતે નહિ. વૈદરાજ્ય ઝંડુભટ્ટ પોતાના દરદીઓની દવા દ્રવ્ય આપે કરના

નહિ હતા. એ સંબંધમાં તેમના વિચારો કેવા હતા તે હવે પછી કહેવા-
માં આવશે. આગળ કહ્યા પ્રમાણે પોતાના વિશાળ ધંધામાં તેમણે
માત્ર બેજ લક્ષ રાખ્યા હતા. અનુભવ મેળવવો અને તે અનુભવ દરદી-
ઓમાંથીજ મળવાનો હોવાથી દરદીઓને મદત દવા આપવી. મદત દવાઓ
આપવામાં બે ઉત્તમ હેતુ પાર પડતા હતા. દુઃખી દરદીઓ સહેલથી દવા-
ની મદદ મેળવી શકે એથી પરમ પરોપકારનું કાર્ય સિદ્ધ થતું હતું અને
તેમાંથી તેમણે ધારેલો અનુભવ મળી શકતો હતો. પણ અનુભવ માત્ર
મદત દવા આપવાથી મળી શકતો નથી. સરકારનાં ચાલતાં દવાખાનાંઓ-
માં મદત દવાઓ આપવામાં આવે છે, અને તેની સાથે અનુભવનાં બીજાં
પણ ઘણાં સાધનો, નોકરો આકરો વગેરેને સરકાર પુરાં પાડે છે, તેમ છતાં
પ્રમાણમાં લોકો એવાં દવાખાનાંઓનો જોઈએ એવો લાભ મેળવી શકતા
નથી; કેમકે તેવાં દવાખાનાંઓમાં બહુ ઓછું લક્ષ અપાય છે. સરકારી
દવાખાનાના અમલદારો પગારદાર હોય છે. તેઓ બે ત્રણ કલાક ભરીને
પોતાની ડ્યુટી પૂરી કરી ચાલ્યા જાય છે. અંતઃકરણની લાગણીથી અને
દયાથી કામ કરનારા યોગજ અમલદારો હોય છે. પણ વૈદરાજ જંદુભટ-
જ જે કરતા હતા તે પરોપકારની સાથે સંપૂર્ણ દયાની લાગણીથી કરતા
હતા અને તેથી દેશી પરદેશી રોજ સેંકડો લોકો તેમની દવા અને દયા-
નો લાભ લેતા હતા. લોકો મોટા હર્ષથી અને સંપૂર્ણ આશાથી ઉલટભેર
વૈદરાજ પાસે દોડી જતા હતા. તેમની પાસેથી ટોઈપણ દરદી નિરાશ
થઈ પાછો ફરેલો જાણ્યો નથી. દ્રવ્યના ઉપાસકો દ્રવ્યવાનની વિશેષ સં-
ભાળ રાખે અને તેમને સારી અને વહેલી વહેલી દવા આપે અને ગરી-
બોમાંથી કાંઈ પાકે નહિ તથી તેમને બિચારોને બેસાડી મૂકી દવાના ગમે
તેવાં પંડીકાં બાંધી આપે તો તેમાં બહુ આશ્ચર્ય જેવું નથી. જગતમાં
એવો વ્યવહાર બહુધા સર્વત્ર ચાલતો જોવામાં આવે છે. પણ મહાત્મા
વૈદરાજ જંદુભટજીને એવા કનિષ્ઠ વ્યવહાર સાથે કશું લાગતું વળગતું ન-
હોતું. તેઓ દ્રવ્યના તો વિરોધી હતા એટલે એવો ભેદ રાખવાને લલચા-
વનારી વસ્તુ (પૈસો) તેમને મન તુચ્છ માત્ર હતી. પૈસાને તેઓ ગોણમાં
ગોણ વ્યવહારનું સાધન માનતા હતા. જ્યાં પૈસાની કશી કિંમત કે દરકાર
હોતી નથી ત્યાં પૈસાવાળાની વિશેષ પૂજા થવાનો સંભવ હોયજ નહિ; એ-
ટલુંજ નહિપણ વૈદરાજ પોતે દયાની મૂર્તિ હોવાથી દીન જનો વિશેષ
કરીને તેમની દયા અને આશ્રયનો લાભ લેવાને શક્તિવાન થતા હતા. ગ-
રીબનું કાર્ય તેઓ પહેલું કરતા હતા. તેઓ મહારાજા જમ સાહેબના

પ્રાણ રક્ષક વૈધ હતા અને તેમની સંભાળ અને કાલજીથીજ મરહુમ જામ શ્રી વિભાજી સાહેબ છેવટ સુધી સારી તન્દુરસ્તી ભોગવી લાંબા વખત સુધી રાજ્ય શ્રીનું સુખ જોવાને ભાગ્યશાળી થયા હતા; પણ વૈધરાજ જ્યારે મહારાજને બંગલે તેમની તબીબત જોવા જતા હોય તેવામાં કોઈ ગરીબ માણસ રસ્તામાં આડો પડતો તો તેને ઘેર તેઓ પ્રથમ જતા હતા. કોઈ પણ માણસ ગરીબ કે તવંગર, બહુતો કે અબહુતો વૈધરાજને તેડવા સારૂ જાય, અને હકીકતપરથી તેને પોતાને જવાની જરૂર જણાય અગર દરદીનું મન તેથીજ સંતોષ થશે એમ તેમને લાગેતો વૈધરાજ પોતાનાં હજાર કામ પડતાં મુકીને દોડી જતા હતા. આવા પ્રસંગપર તેઓ પોતાના સુખનો, સગવડતાનો, અનુકુળતાનો કે વખતનો વિચાર કરવાને થોભતા નહિ. આ કામને માટે તેઓનું દ્વાર રાત દિવસ ખુલ્લુંજ રહેતું હતું અને તેઓ પોતે તેવા કામને માટે નિરંતર તત્પરજ રહેતા હતા. માણસમાં દયા હોય છે પણ જો તેની સાથે ઉદારતા નથી હોતી તો દયાળુપણાનો અમલ થઈ શકતો નથી. વૈધરાજ અંબુભટ્ટજી ઉદારતામાં કર્ણ રાજાનો અવતાર મનાયા છે. તેમનામાં સ્વાભાવિક ઉદારતા હોવાને લીધે તેઓ પોતાની દવાઓનો છુટે હાથે ઉપયોગ કરવામાં કશો પણ વિચાર કરતા નહોતા. એક ગરીબ માણસ કે જેની પાસેથી કશો બદલો મલવાની આશા નહોય અને એવા માણસનું દરદ કોઈ ભારે કીમતી દવા આપવાથીજ મટે એવું હોય, ત્યાં જેઓ દવાની કિંમતનો વિચાર કરવા એસે તેઓને હાથે એવા ગરીબ માણસોનું દરદ મટવાની આશા ક્યાંથી રાખવી ? પણ વૈધરાજ અંબુભટ્ટજીમાં દયાની સાથે ઉદારતા જેકાઈ હતી અને તેથી સુવર્ણમાં રત્નનો યોગ થવા જેવું થયું હતું. સુવર્ણ અને મોતી જેવી કીમતી વસ્તુની કીમતી દવાઓનો પણ તેઓ પોતાને હાથે છુટથી મફત ઉપયોગ કરવામાં પાછું વાળી જોતા નહિ. જ્યાં પરોપકાર, ઉદારતા અને દયા સરખા ઉત્તમ ગુણોનોજ વાસ હોય ત્યાં આતુર લોકોનાં ટોળે ટોળાં આશ્રય લેવા સારૂ આવે એમાં કોઈ આશ્ચર્ય નથી. વૈધરાજ દવા ઉપરાંત પરદેશી લોકો પાસે સાધન ન હોય તો તેમને ખાનપાનનો પણ બંદોબસ્ત કરી આપતા હતા અને જે પોતે ખાતા હતા તેજ બીજાને ખવરાવતા હતા. દરદી લોકોને તેઓ એક મંડોટા દિલાસાનું અને આશ્રયનું આશ્રમ સ્થળ હતું. થાકેલા અને તાપથી પરિભ્રમ પામેલા પ્રવાસીજનો જેમ વૃક્ષની શીતળ છાયાને પ્રાપ્ત થઈ શાંતિ મેળવે છે, તેમ આધિથી બચ થયેલા દરદી લોકો તર-

વર ૩૫ આ મહા પુરૂષને પ્રાપ્ત થતાંજ સુખ શાંતિ મેળવતા હતા. વૈધ-
રાજના અંતરની દયાની લાગણીજ દરદીનું અરધું દુઃખ દુર કરવાને બસ
હતી. સહૃદયતા, દયા અને આર્દ્રતાના તેઓ સાગર હતા. એક કરણાજ-
નક કિસ્સો કે કહાણી સાંભળીને કે વાંચીને તેમનું અંતઃકરણ ઉભરાઇ આ-
વતું હતું અને આંખોની બિનાશ તેમના આર્દ્ર અંતઃકરણની પ્રતીતિ આ-
પતી હતી. આવા દયાળુ પુરૂષની દૃષ્ટિ માત્ર દુઃખીને દિલાસા ૩૫ થઇ
પડતી હતી.

વૈધરાજ પોતાની કુશળતાને લીધે અને મહાન્ ઉત્તમ ગુણોને લીધે
સર્વત્ર કીર્તિ અને પૂજ્યપણાને પામ્યા હતા. જામનગરના રાજ્યના તો તે-
ઓ રાજ્ય વૈધ હતાજ, પણ કાડીયાવાડ અને ગૂજરાતનાં 'ખીજાં' રાજસ્થા-
નો પણ પ્રસંગોપાત તેમનો આશ્રય લેતાં હતાં. વૈધરાજ જામ સાહેબની
નોકરીમાં હતા અને જામ સાહેબની રજા વિના તેમનાથી બહાર જવાતું
નહતું. કોઇપણ રાજા, કારબારી, કે શેઠ સાહુકારને વૈધરાજને બોલાવવાનો
વિચાર થતો ત્યારે તેઓ જામ સાહેબને લખી વૈધરાજને થોડા દિવસને
માટે રજાની વિનંતિ કરતા હતા અને આ પ્રમાણે જામ સાહેબના દરબાર-
નાં આ એક રત્ન (વૈધરાજ)ને લીધે જામ સાહેબ ઘણાં રાજ્યો અને
ઘણા લોકો ઉપર હાથ રાખી શક્યા હતા અને તેથી ઘણાં રાજ્યો આ કા-
રણથી જામ સાહેબના ઉપકાર તળે આવ્યાં હતાં. વૈધરાજ ઝંડુભટ્ટજી જે-
વા મહાન્ વૈધને બોલાવનારા બહારના દરદીઓ શક્તિવાન અને શ્રીમંત
હોવા જેઘએ, એ કહેવાની કાંઇ જરૂર નથી અને તેથી વૈધરાજ રાજની
મ્હોટી ફી માગે તોપણ તેઓ આપી શકે એ કહેવાની પણ કાંઇ જરૂર
નથી, પણ આવાં મ્હોટાં રજવાડામાં પણ વૈધરાજે પોતાની કિંમત કદી
પણ અંકાવી નથી. જે જઇ શકાય એમ ન હોય તો તેઓ ના લખી-
વાળતા હતા અને જવાય તેમ હોય તો તેઓ પોતાને ખરચે આજ્યા જ-
તા હતા. જેઓ આ મહા પુરૂષની યોગ્યતા સમજી શકતા હતા તેઓ તે-
મનો યોગ્ય સત્કાર કરવાને ચૂકતા નહિ હતા, અને કદિ ક્યાંઇ યોગ્ય સ-
ત્કાર ન થયો તોપણ તેને માટે તેઓ હર્ષ, શોક, કે રોશને કદિપણ વશ
થતા નહિ, એ તેમનામાં બારે ખૂબી ભરેલો સદ્ગુણ હતો. દરદ મઠાડયા
પહેલાં દરદી પાસેથી દવાકે ફી નિમિત્તે કાંઇ પણ દ્રવ્યનો સ્વીકાર કરવાને
તેઓ ખુશી નહોતા, અને કદિ કોઇ રજવાડા તરફથી કે શ્રીમંત તરફથી
આગ્રહ સાથે તેમને એવી રકમ આપવામાં આવતી તો તેનો ઉપયોગ તે-

ઓ ધર્મદા ખર્ચખાતે કરી નાખતા હતા. તેઓ જ્યાં જ્યાં જતા ત્યાં સેંકડો અને હજારો રૂપિયાની દવા ધર્મદાખાતે વાપરી નાખતા હતા. નડિયાદ મુકામે જ્યાં તેમનો દેહ પડ્યો અને જ્યાં તેઓ આશરે વીશેક દિવસ રહ્યા ત્યાં પણ સહવાસ અને પરિચય થોડો છતાં ખસો ચારસો દરદીઓએ તેમનો લાભ લીધો હતો.

પ્રાચીન વૈદ્યક શાસ્ત્રમાં લખ્યા પ્રમાણે વૈદ્યમાં જેવા સદ્ગુણો હોવા જોઈએ તેવા સર્વ સદ્ગુણો કરતાં પણ કાંઈક વિશેષ ખૂબીઓ વૈદ્યરાજ જંડુભટ્ટમાં હતી. મુંબઈ ઇલાકામાં તો તેઓ સાક્ષાત્ત ધનવંતરીનો અવતાર મનાતા હતા અને હિંદુસ્તાનના ખીજા ભાગો કાશી કલકત્તા વગેરેમાં વિદ્વાન વૈદ્યો હોવાનું સંભળાય છે, તેઓ ખેશક શાસ્ત્રીય વૈદ્ય તરીકે કુશળતા ધરાવનારા હશે, તથાપિ સમગ્ર યોગ્યતાનો વિચાર કરતાં અમને તો એમજ સમજાય છે કે, આખા હિંદુસ્તાનમાં એમની પકિતનાં મુકવા જેવા થોડાજ વૈદ્ય હશે. તેમની કુશળતા, કાંતિ અને નામનાનો એવો તો પ્રસાર થયો કે જ્યારે કોઈ દરદી ખીજા વૈદ્ય કે ડાક્ટરોની દવા કરતાં નિરાશ થાય ત્યારે તેને છેવટ એવી સલાહ મળે કે, “તું નિરાશ થામાં, તારું દરદ જામનગરવાળા વૈદ્યરાજ જંડુભટ્ટ મટાડશે, માટે તું ત્યાં જા.” અમે એવા પણ દાખલા જોયા છે કે, “હવે તો વૈદ્યરાજ જંડુભટ્ટ કોઈ વાર અત્રે આવશે ત્યારે, અગર વૈદ્યરાજ પાસે જઈશું ત્યારે આપણા દરદનો છુટકારો થશે” એવો દિલાસો લઈને ખેશી રહેલા સેંકડો દરદીઓ મરતાં મરતાં પણ વૈદ્યરાજ જીવાડશે એવી આશામાં પોતાના જીવનની દોરી લખાવી શક્યા છે.

“પુરુષ પરીક્ષા” નામના સંસ્કૃત ગ્રંથમાં ચાર પ્રકારના પુરુષ ગણ્યા છે. “ધર્મવીર” “દાનવીર” “દયાવીર” અને “યુદ્ધવીર”. કોઈ ધર્મવીર હોય છે, કોઈ દાનવીર હોય છે, કોઈ દયાવીર હોય છે અને કોઈ યુદ્ધવીર હોય છે, અથવા કોઈમાં એમાંના એક કરતાં અધિક ગુણ પણ હોય છે. જેમાં એ ચારે ગુણ હોય છે તે ખરેખરો “પુરુષ” ગણાય છે. વૈદ્યરાજ જંડુભટ્ટમાં વિદ્યાતાએ એ ચારે ગુણો મૂક્યા હતા, એમ માનવાને અમારી પાસે ધણા પુરાવા છે. ધર્મના ખરા સિદ્ધાન્તો તેઓ સારી રીતે સમજ્યા હતા અને ધર્મ પક્ષને અવલંબીનેજ તેઓ વર્તનારા હતા. આર્ય ધર્મ શાસ્ત્રમાં તેમજ ખીજાં શાસ્ત્રોમાં ધર્મનાં અર્હિસા સત્ય-મત્સ્યેયં ઇત્યાદિ જે દશ લક્ષણો બતાવવામાં આવેલાં છે, તે લક્ષણો અ-

થયા સદ્ગુણો વૈધરાજમાં સંપૂર્ણપણે ઝગડી રહ્યા હતા. કોઈપણ માણસ બાળપણથી જાની હોઈ શકતો નથી. જન માર્ગમાં પ્રવેશ કરતાં પહેલાં દરેક માણસને સંસારના ગૌણ રસ્તાઓમાં પ્રથમ ગોથાં મારવાં પડે છે, અને મૂઠ મનુષ્યો છેવટ સુધી એ ગૌણ રસ્તાઓની બૂલવણીમાંથી નીકળી શકતાં નથી. પણ વિચારવંત અને વિવેકી પુરુષો સારાસારની તુલના કરી શકે છે અને જે ગૌણ છે, અશાશ્વત્ છે, અનિશ્ચિત અને અસત્ય છે તેનો ત્યાગ કરતે કરતે જે શાશ્વત છે, નિશ્ચિત છે, સત્ય અને એષ્ટ છે, તેનો અગીકાર કરતો કરતો સત્ય માર્ગને ગ્રહણ કરી શકે છે. વૈધરાજને તેમની પ્રથમાવસ્થામાં કર્મ-ક્રિયા અને ઉપાસનાનો કાંઈક અભ્યાસ હતો. તેમણે યોગ વિદ્યાનો પણ કેટલોક અનુભવ લીધો હતો. પણ અમને લાગે છે કે તે બધી ગૌણ ક્રિયાઓમાં એમણે કાંઈ ખરું તત્ત્વ દીઠું નહીં હોય, અને તેથી એવી બાહ્ય ક્રિયાઓ અને જગતને બતાવવાના આડંબરથી તેઓ ઉદાસીન થયા હતા અને જગતમાં જે ખરું કર્તવ્ય છે, જે ધર્મ છે, તે કરવામાંજ તેમણે પોતાનું તન, મન, અને ધન અર્પણ કરી દીધાં હતાં. વૈધરાજ કોઈ કોઈ વખત (જ્યારે જ્યારે તેમને દુરસદ અને એકાંત મળતી, ત્યારે) શહેરમાં પોતાના મકાનની પોતાની બેઠકમાં અથવા ગામ બહારની તેમની રસશાળુની વાડીના એક એકાંત સ્થળમાં માળાનો બેરખો લઈને બારણાં બંધ કરી બેસતા હતા. આવી રીતે એકાંતમાં બેસીને તેઓ શું કરતા હશે ? અનુમાનતો એમજ થાય કે તેઓ માળા ફેરવતા હશે. મળવા આવનારાઓને તેમના નોકર ચાકરો પણ એવોજ ઉત્તર આપતા કે “વૈધરાજ એકાંતમાં ધ્યાનમાં બેઠા છે.” અલબત્ત તેઓ માળાના મણકા ફેરવતા અને ધ્યાનમાં બેસતા હતા અને એમ જણાવવામાં તેઓ ખોટા નહોતા; પણ તે માળા બીજા લોકો ફેરવે છે તેવીજ હતી, કે તેમાં કાંઈ વિલક્ષણતા હતી ? આ લખનાર વૈધરાજના સદ્ગુણોનો અનુરાગી થયા પછી તેમના સહવાસ અને સંબંધમાં આવવાને બાગ્યશાળી થયો હતો. તેને આશ્ચર્ય સાથે શંકા થઈ કે “ઝંડુભટ્ટજી જેવા એક તત્ત્વજ્ઞાનીએ વળી માળા ફેરવવી તે શું ? માળાના મણકાના ટપકારા સાથે માત્ર ઇશ્વરના નામોચ્ચારમાંજ કાળક્ષેપ કરવા કરતાં એ મહાપ્રભુનું સ્મરણ કરીને પ્રાણીઓના હિતને અર્થે નિરંતર પ્રવૃત્તિ કરવી એને જ કર્તવ્ય માનવાવાળા આ પુરુષાર્થી પુરુષને માળા ફેરવવા સાથે શું સંબંધ હશે ? આવી શંકા ઉઠતાં આ લખનારે એક વખત એ સંબંધમાં વૈધરાજને પ્રશ્ન કર્યો હતો કે આપ વખતો વખત એકાંતમાં

બેસીને માળા ફેરવે છે તેનો શો હેતુ છે અને તેનું ફળ શું હશે ? ” વૈ-
 ઘરાજને આ પ્રકારનો પ્રશ્ન આ પહેલોજ પૂછાયો હતો; તેમણે કહ્યું કે
 તમે પાત્ર હોવાથી તમારા પ્રશ્નનો ખરો ખુલાસો કરતાં મને બહુ ખુશી
 ઉપજે છે. એકાંતમાં બેસીને હું મારા કર્તવ્યનો વિચાર કરવા સિવાય બીજા
 કોઈનું ધ્યાન કરતો નથી. મારું કર્તવ્ય એજ મારા ધ્યાનની વસ્તુ છે. લોકો
 આરોગ્ય અને દીધાયુષી શી રીતે થાય અને તે સંબંધમાં મારે કેવી રીતે
 પ્રવૃત્તિ કરવી, એનો વિચાર હું એકાંતમાં બેસીને કરું છું.” વૈઘરાજના આ
 ખુલાસાથી આ લખનાર તે વખતે ગદ્ગદીત થયેલ હતો. તેમના કર્તવ્ય-
 ધર્મની હદનો તેમના આ વૈધક વિષયમાંજ છોડા નહોતો. તેઓ આખા જ-
 ગતને પોતાના કુટુંબ જેવું જાણતા હતા, અને તે પ્રમાણે શુદ્ધ બાવથી
 વર્તતા હતા. આત્મત્ત્સર્વભૂતેષુ ય પશ્યતિ સ પશ્યતિ એ ભગવદ્ગી-
 તાના મહાવાક્યની ક્રિયાસિદ્ધ મદ્દગતા આ કાળમાં જો કોઈ પુરૂષમાં
 પ્રત્યક્ષ થઈ હોય તો તે મહાત્મા વૈઘરાજ ઝંડુબટ્ટીમાંજ થઈ હતી. મહા-
 ત્મા જીસસક્રાઈસ્ટે જગતમાં બ્રાતૃભાવ (Brotherhood) નો ઉપદેશ કર્યો
 હતો અને દુઃખી પ્રાણીઓનો ઉદ્ધાર કરવામાં તેણે પોતાના પ્રાણનો ભોગ
 આપ્યો હતો. જીસસક્રાઈસ્ટ દેવ તરીકે પૂજાયો, તેનું એજ કારણ હતું. મહાત્મા
 પુરૂષો પાસે કાંઈ બદ્દગરી કે મંત્રસિદ્ધિ હોતી નથી. જો એમ હોત તો
 તેઓ પોતે કંઈ વેઠ્યા વિના મંત્રના બળથી બીજાનાં કષ્ટો કાપી શકત.
 દુઃખ વેઠ્યા વિના બીજાને સુખ આપી શકાયજ નહિ. વૈઘરાજે પરોપકાર
 અર્થે જાતે ધણી તાંગી અને મુસીબતો ભોગવેલી હતી.

“સંપ” અને “બ્રાતૃભાવ” એ તેના ઉપદેશના મુખ્ય મંત્રો હતા.
 તેણે પોતે જગતમાં કોઈને પર કે દુશ્મન માન્યો નહોતો. સંસારીઓને
 પરસ્પર વિરોધ થવાનાં ધણાં કારણો મળે છે, અને એવા લૌકિક કારણોને
 લીધે જેમણે વૈઘરાજના ઉપર અપકાર કરી દુશ્મનની ગરજ સારી હશે
 તેવા લોકો ઉપર પણ વૈઘરાજે તન, મન અને ધન વડે ઉપકાર કર્યાના
 દાખલા તેમની જીંદગીમાં ધણા બનેલા છે. તેઓ વારંવાર ઉપદેશ કરતા
 હતા કે માણસોએ એવી પ્રવૃત્તિ કરવી કે જેમાંથી તેને પોતાને એકલાને નહિ
 પણ પ્રાણી માત્રને સુખ થાય. જો જગત સુખી હશે તો આપણે તે સુ-
 ખના ભાગીદાર છીએ અને જો જગત દુઃખી હશે તો તે દુઃખના ભા-
 ગીદાર થયા વિના આપણો છુટકો નથી.” તત્વજ્ઞાનીઓજ આ સિદ્ધાન્તને
 સમજી શકે; સ્વાર્થી જગતના મનમાં આ સિદ્ધાન્તનો શ્રેષ્ઠ મહિમા સહેલ-

થી ઉતરી શકે નહિ. દેશમાં એક્ય અને ઉત્તમ થવાના ધોરી રસ્તાઓને તેઓ સારી રીતે સમજતા હતા અને પોને જુની શાળા (old school) માં ઉછરેલા હોવા છતાં તેમના વિચારો બહુ ઉદારતા ભરેલા (Liberal) અને ધણક વિષયોમાં એથી પણ આગળ વધેલા ઉચ્છેદક હતા. આ તેમના વિચારો તેઓ પાત્ર પુરૂષોનીજ આગળ પ્રગટ કરતા હતા.

યાચક અથવા અર્થાં તેમના આગળથી ભાગ્યેજ નિરાશ થઇ પાછો જતો હતો. એમની આવી ઉદારતા અને દાનવૃત્તિની પ્રશંસા ચારે દિશામાં ફેલાઈ હતી અને તેથી દરેક પરદેશી યાચક વૈધરાજની ભેટ લીધા વિના રહેતો નહિ. વૈધરાજ ધર્મવીર હોવાની સાથે આવી રીતે દાનવીર પણ હતા. દયાના તેઓ સાગર હતા. તેમનો ધંધોજ દયાની કસોટી કરવાને માટે બસ હતો. દયા ઉત્પન્ન થવાના અને દયાની લાગણી બતાવવાના જેવા પ્રસંગો વૈધકનો ધંધો કરવા વાળા વૈદ્યો, ડાક્ટરો અને હકીમોને મળે છે, તેવા બીજા કોઇને મળતા નથી. પણ દયાનું સ્વભાવસિદ્ધ ગુણ વિધાતાએ મહાત્મા ઝંડુભટ્ટજી જેવા વિરલ પુરૂષોમાજ મૂકેલું હોય છે. તેઓ પોતાના દરદીઓ ઉપરની દયાની લાગણીને લીધે તેમનાપર ઓછા ઓછા થઇ જતા હતા; ઘેલા ઘેલા બની જતા હતા. ગરીબ પરદેશી દરદીઓને પોતાને ત્યાં રાખી મફત દવા ઉપરાંત અન્ન પાન પુરું પાડતા હતા. દયાના સેવનમાં કેટલીકવાર દુધનું સેવન કરવાની ભલામણ કરવાની જરૂર પડેછે. પણ ગરીબ માણસો દુધનું ખર્ચ કરી શકતા નથી. એવાં કેટલાંક ગરીબ ગરબાંને તેઓ દવા મફત આપતા તે ઉપરાંત પોતાના ગળવામાંથી દુધ લેવાને માટે પૈસા કાઢીને આપતા હતા. તેમની જીંદગીમાં દવા તથા દાનનાં સંકડો દૃષ્ટાંતો અને કિસ્સાઓ નોંધ કરી લેવા જેવા બનેલા હશે એમાંનો એકાદ કિસ્સો અત્યારે યાદ આવેલો છે તે અમે આંહી ટાંકીએ છીએ. વૈધરાજ શહેર બહાર પોતાની રસશાળાની વાડીએ એકવાર જતા હતા. રસ્તામાં એક ગરીબ સ્ત્રીને પોતાની પાસેની દાણાની પોટલી ધુળમાં વેરાઇ જવાથી રડતી ઉભેલી તેમણે દીડી. વૈધરાજે તેણીને પુછ્યું કે બાઇ, બેન, તું રડેછે શા માટે ? બાઇએ ખુલાસો કર્યો કે આ દાણાની પોટલી ધુળમાં વેરાઇ જવાથી મારો ધણી મને મારી નાખશે. વૈધરાજે પોતાની સાથેના પોતાના નોકરને પૈસા આપી શહેરમાં એ બાઇની સાથે મોકલ્યો અને કહ્યું કે તે કહે તેટલા દાણા તેને અપાવીને તું પાછળથી આવજો. એક ભિક્ષુક વૈધરાજના મકાનપર માગવા ગયો હતો. બહારની

હોદ્દા ઉપર તે વખતે કોઈ માણસ હાજર નહિ હતું અને એક લોટો પડ્યો હતો તે ઉપાડીને બિશુક ચાલતો થયો; એવામાં નોકર આવી પહોંચ્યો. તેણે બિશુકને પકડ્યો, લોટો ઝુંટાવી લીધો અને ધમકી આપતાં ટેલીપર ગડબડ થઈ રહી. આ ગડબડ સાંભળી વૈધરાજ અંદરથી બહાર ટેલીમાં આવ્યા અને હકીકત સાંભળી લીધી. તેમણે નોકરને કહ્યું કે તંગી વિના માણસ બીજાની જાણ લે નહિ. જો તેની પાસે લોટો હોત તો તે લોટો ઉપાડત નહિ. માટે આ લોટો તેને લઈ જવાદે એટલુંજ નહિ પણ તેને યાગી વાટકો વગેરે બીજું વાસણ કે વસ્ત્ર જોઈતું હોય તો તે તેને લાવી આપ." કાયદો બિશુકને ચોરીના વાંક માટે શિક્ષા કરી શકે છે, અને વૈધરાજે આવી દયા કરીને ચારીને ઉત્તેજન આપ્યું એવું હાલની નીતિ બલે ઠરાવી શકે પણ અમે ધારીએ છીએ કે મહાત્મા પુરુષો આવા લૌકિક ન્યાય અને નીતિના ધોરણને કબુલ રાખી શકતા નથી. તેમનું ન્યાય કરવાનું ધોરણ પારલૌકિક હોય છે આવાં અનેક દૃષ્ટાંતો આ મહાત્મા પુરુષના મનની મોટાઈ, ઉદાર વૃત્તિ અને દયાની પુરેપુરી સાબીતી આપે છે.

તેઓ “યુદ્ધવીર” પણ હતા. તે શી રીતે હોઈ શકે? એવો પ્રશ્ન સહજ ઉત્પન્ન થાય. જગતમાં તેમને તેમના મનથી કોઈ હરિદ્ર નહોતો, કોઈ પ્રતિપક્ષી નહોતો, કોઈ દુશ્મન નહોતો. આવા પુરુષને યુદ્ધ કરવાનો પ્રસંગજ ક્યાંથી આવે? જગતમાં કોઈ પ્રાણી તો તેનો દુશ્મન નહોતો, પણ તે પ્રાણીઓના શરીરના રોગો વૈધરાજના કદા દુશ્મન હતા. એ દુશ્મનોનો પરાજય કરવામાં ઔષધરૂપી હથિયારો લઈને તેઓ જોખમ ભરેલા મામલામાં પણ બહાદુરીથી ઉતરી પડતા હતા અને ઘણાજ ધીટ-પણુથી અને શૌર્યથી એ પ્રાણહારક શત્રુનો પરાજય કરી શકતા હતા. હારજીતનો મામલો દૈવાધીન હતાં તેઓ છેવટ સુધી પાછા હડતા નહતા. તેઓ આ લડાઈ યશ અપયશની ઇચ્છાથી કરતા હતા એવું કાંઈ નહોતું. જ્યારે કેટલાક વૈદો અને ડાકટરો અપયશના ભયથી પોતાના દરદીને અધવચ્ચથી છોડી દઈ તે દરદીને અને દરદીના સંબંધીઓને નિરાશ કરે છે, ત્યારે આપણા આ લોકપ્રિય વૈધરાજ એવા અપયશને માટે બિલકુલ દરકાર કરતા નહિ હતા. તેઓ છેવટ સુધી દરદીને વળગી રહેતા હતા. કોઈપણ ભયંકર કેસ હાથમાં લેતી વખત તેઓ સ્પષ્ટ રીતે કહી દેતા હતા કે “કામ બધું વિકટ છે અને જાગ્યા થવો મુશ્કેલ છે; માટે તમારે બીજા કોઈ ડાકટર

કે વૈવતી સલાહ લેવી હોય તો ખુશીથી બોલાવો, હું પણ તેમની સલાહ લઉંશ. ” તેઓ આવા નિરભિમાની હતા. મરણની અણીપર આવી લાગેલા કેસોનો ઉપચાર કરવાને તે બહુ આતુર હતા. તેઓ બોલતા કે આવાં અસાધ્ય દરદીને મટાડીએ ત્યારેજ આપણે વૈદું કાંઈક જાણીએ છીએ એમ ગણાય. જ્યાં જ્યાં તેઓ નિષ્કળ થતા ત્યાં એમ બોલતા કે “મારી અપૂર્ણતા અને બૂલથી આ કેસ બગડી ગયો. એ દરદીને મેં માર્યો. જે મેં દરદીને બરાબર ઓળખ્યું હોત અને ઉપચારમાં મારી બૂલ ન થઈ હોત તો એ દરદી મરત નહિ. ” આ પ્રમાણે તેઓ પોતાની ભુલ થયેલી જાણી પોતાને માથે દોષ લઈ લેતા હતા. તેઓ માનતા હતા કે વૈદ્ય વિદ્યાની અને વૈદોના જ્ઞાનની અપૂર્ણતાથી ઘણા કેસો બગડી જાય છે. આયુષ્યનું આટલુંજ નિર્માણ છે, એ વાતને તેઓ માનતા નહિ હતા. સો વર્ષની વયની અંદર જેટલાં મરણ થાય છે તે બધાં અકાળ મૃત્યુ છે, એમ તેઓ માનતા હતા, અને એ સિદ્ધાન્ત ઉપર તેઓ પુરો આચર રાખતા હતા. એવું માનવાને વૈદક શાસ્ત્રના પ્રાચીન આચાર્યોના શબ્દ પ્રમાણ ઉપરાંત તેમની પાસે પુરતા પુરાવા હતા. હાલના વિદ્વાન તબીબો પણ એ વાતનો પુરાવો આપે છે. જ્યાં ખરી વાત આવી છે ત્યાં અમુક માણસનું આયુષ્ય એટલુંજ નિર્મિત થયું છે, એવી લોકોની માનિનતાને તેઓ હસી કાઢતા હતા; અને તેથીજ માણસજાતના આયુષ્યની સરાસરી વધવા સંબંધી તેઓ નિરંતર વિચારો કર્યા કરતા હતા અને ઉપાયો શોધતા હતા. માણસ જાતનું આયુષ્ય વધારવાનાં સાધનોમાં નિર્મેણ હવા, પાણી, રવચ્છતા, ખોરાક, નિવાસ સ્થાન વગેરે અનેક સાધનો ઉપરાંત પ્રાચીન વૈદકશાસ્ત્રમાં બતાવેલા ઔષધી વર્ગોમાં એક વર્ગ એવો પણ બતાવેલો છે કે જેના સેવનથી આરોગ્યતા, આયુષ્ય, બળ, બુદ્ધિ વધી શકે છે. આ ઔષધી વર્ગને “રસાયન” ઔષધો એવું નામ આપવામાં આવેલું છે. જે “રસાયન” નામ અજ્ઞાન વર્ગમાં બહુજ બહુકામણું થઈ પડેલું છે, અને જે શરીરમાં ફૂટી નીકળે છે અથવા બીજી વિકૃતિ કરે છે, તે જાતની આ ઔષધી સમજવી નહિ. ખરું કહીએ તો જે ઔષધો શરીરમાં ફૂટી નીકળે છે અને વિકાર કરે છે તે “રસાયન ઔષધો” નથી. પણ રસકપુર, પારો, સોમલ, હરતાલ, હીંગળો વગેરેનો અશુદ્ધ અને કાચી અથવા અપકવ સ્થિતિમાં ગેરઉપયોગ થાય છે ત્યારેજ તે દવાઓ શરીરમાં વિકૃતિ કરે છે. અમે જેને “રસાયન

ઔષધી” કહીએ છીએ તેમાં વનસ્પતિનો પણ સમાવેશ થાય છે, અને વૈદ્યનાજ અંકુભટ્ટજી રસાયન ઔષધો તરીકે વિશેષ કરીને વનસ્પતિની દવાઓનો ઉપયોગ કરતા હતા. વૈદ્યકશાસ્ત્રમાં એવી રસાયન ઔષધીઓના ઘણા પ્રયોગો અને કદરો બતાવેલા છે. તે ઔષધો એકમ વિધિથી અને એકસ પથ (પરદેજ) રાખીને અવાય છે, અને તેથી દોડાજ વૈદો એ પ્રયોગોમાં હંડા જિતે છે. એક તો એવા પ્રાચીન પ્રયોગોનો પ્રચાર બધ પડેલો હોવાથી તે પ્રયોગો લેખ પ્રમાણે આરોગ્ય અને આયુષ્યને વધારવાનું બળ ધરાવે છે કે નહિ તેનો લોકોને તથા વૈદોને પણ જ્ઞાતિ અનુભવ નથી. અને બીજી તરફથી એવા પ્રયોગોનો અનુભવ લેવામાં અને લોકોમાં એવા પ્રયોગોનો પ્રચાર કરવામાં વખત અને દ્રવ્યનો ભોગ આપવો પડે, જેથી વ્યવહારિક અથવા દ્રવ્યાર્થ વૈદો એવી કડાકુટમાં પડ્યા ઈચ્છે નહિ અને તેથી એ કામ આપણા લોક પ્રિય વૈદરાજ અંકુભટ્ટજી જેવા પરમાર્થી પુરુષને બાજે આવી પડે એમાં આશ્ચર્ય શું ? પ્રાચીન વૈદ્યકશાસ્ત્રના આચાર્યોએ “ રસાયન ઔષધીઓ” એટલે આરોગ્ય અને આયુષ્યને વધારવાવાળા પ્રયોગોના શોધો કરી રાખેલા છે તે વૈદ્યકશાસ્ત્રના ગ્રંથોમાં રહેલા છે; તે પ્રયોગોનો અનુભવ લેવાને કે જગતને તેનો અનુભવ આપવાને આ પૃથક્કાર ત્યાર પછીથી આજ સુધીમાં વૈદરાજ અંકુભટ્ટજી સિવાય બીજા કોઈ આચાર્ય કે મનવંતરીને જન્મ આપ્યો હોય એવું અમારા જ્ઞાનુવામાં નથી. પૃથ્વી ઉપર તબીબો રસાયન શાસ્ત્રના આધારે હેરાન પમાડે એના શોધો અને શરતોપચારના અપૂર્વ અખચરોએ અજમાવી બહાર પાડે છે; પણ જે લાગના વૈદ્ય અંકુભટ્ટજીએ લાંબી હતી તે લાંબન ઉપર પશ્ચિમની વેળાવાળા નથી નહીં. આપણા પ્રાચીન ઇતિહાસ અને પુરાણોમાં હજારો વર્ષ પહેલાં આપણા દાખલામાં લાંબી આપણે તે વાતે તરફ શંકાશીલ બનીએ છીએ અને તેને પરાજનમાં ગણતું કરીએ છીએ, પણ પ્રાચીન વૈદ્યકશાસ્ત્ર, તેના આયુષ્યાર્થક પ્રયોગો, અને તેના અનુભવો જે પુરાવા આપે છે ઉપરથી - તેના જાતેની માત્રેએ છીએ કે પ્રાચીનકાળના આયુષ્યના દા લાંબા વિલકુલ પોતા નથી, અને માનસજાતના આયુષ્યની હદની એકસ સીમા હોય એવું વિલકુલ જાની શકાતું નથી.

વૈદરાજ આવા “રસાયન પ્રયોગો” ના ખરા તત્વ અને સિદ્ધાન્તને સમજ્યા હતા અને પોતાના જીવનના પાછલા વખતમાં તેઓ એવાજ પ્રયોગો પાછળ ચુસ્ત હતા. તેમણે પોતાના હજારો દરદીઓ પર એ પ્રયોગો

અનુમાન્યા છે; જે પ્રયોગો વડે અસંખ્ય અસાધ્ય દરદીઓ સારા થયા છે અને જેટલા પ્રમાણમાં એ જીવિતનાં ઔષધોનો ઉપયોગ થયો છે એટલા પ્રમાણમાં તે દરદીઓમાં આરોગ્ય અને આયુષ્યનો વધારો થયેલો હોવો જોઈએ, એવું ધન્યા પુરાવાથી જાણે નિદ્રા કરી શકીએ છીએ. વૈદ્ય રાજ પોતાના આ પ્રયોગોમાં વિશેષ કરીને દુધમાન અથવા મગ બાતનું પદ્ય પળાવતા હતા. કેટલાક ડાક્ટરો અને લોકો આની સખ્ત પરેશની નિરૂદ્ધ બોલતા હતા અને હજુ બોલે છે, પણ એ પ્રયોગો વડે વૈદ્યરાજે પોતાની જાંઘીમાં જેટલા ભયંકર અસાધ્ય રોગો મટાડ્યા છે, એટલા અસાધ્ય રોગો બીજા કોઈ વૈદ્ય કે ડાક્ટરને હાથે સારા થયા જણ્યા નથી. જગતના લોકોનો એક વિશ્વકુળ અને અદ્વિતીય કારક નિગમ પરાપૂર્વથીજ આપ્યો આવે છે; તે એ છે કે જે પુરુષ કંઈ નવી શોધ કરી તેનો પ્રસાર કરવા પ્રયત્ન કરે છે, તે પુરુષ જગતના અમાન લોકો કે જેનાવડે આખી પૃથ્વી ભરેલી પડી છે તેવા લોકોમાં વિશેષ કરીને પાત્ર ભોળાઓને બદલે પ્રથમ તો અપમાન પામે છે, પણ પાછળથી જાણે ખરી વાત લોકોના જાણવામાં આવે છે અને એવા સંતાપ લાભ તેઓ પ્રત્યક્ષ મળે છે સારે તેઓજ તેવા પુરુષનું માન આપે સ્પર્શ કરે છે. આજનાં કાલમાંથી એવાં ધન્યાં દર્શનો આપનાં જાણનાં આવવાં તેનાં પાત્રોનાં શોધકો અને સોફેટીસ જેવા તત્ત્વજ્ઞોનો પોતાના મોઢાં મારે વિશ્વકુળી જગતના ઉપર ભારે મોટો વલકાર કરી ગયા છે. આજનાં કાલની વાત એ છે કે, તે મહાપુરુષના ઉપર તેના દેશીઓ, દુઃખી દરમાદ વરસાવેલા છે. લોકોએ તેમને નારિતક અને મોટાનો દંડ તેમજ દુષ્ટ આપેલાં છે, અને અતિ તેઓ દુઃખી જાંઘી સુગતી આજનાં કાલે પોતે આજનાં જ્યાં છે. લોકોએ તેને જેટલા પાવામાં આપ્યો હોય અને પોતાના સત્ય શિદ્ધાન્તને નહિ ઓડવાના ખાતર તેણે પુરુષોને એ જરૂરો પાલો પીધો હોય! આજે સોફેટીસ જગતના મહાન તત્ત્વજ્ઞ તરીકે સર્વથા પૂજાય છે, અને તેના સત્ય શિદ્ધાન્તોને જગતના લોકોને વંદે છે. આજનાં કાલમાં જંદુભદ્રજના આ નવિન પ્રયોગોને માટે તેમના ધંધાવાળાઓ ગમે તેમ અનુકૂળ કે પ્રતિકૂળ વિચારો ધરાવતા હશે (અને બધા ધંધામાં તે તે ધંધાવાળાઓ પરસ્પર કાંઈક ઇર્ષ્યા-ક્રોધ હેતુની તો કાંઈ દુશ્મની જાળવીથી બચી શક્યા નથી) તથાપિ લોકોનો સમજી વર્તે તે પ્રયોગો વરદ સંપૂર્ણ શ્રદ્ધા, ભાવ અને માનની દ્રષ્ટિયા જુવે છે. આજનાં કાલમાં

મૂર્ખ દુનિયા ગમે તેમ બોલતી હશે, તથાપિ લોકસમૂહની લોકવાણી વૈધરાજની કુશળતાને માટે અને તેમના ઉત્તમ અમાનુષી ગુણોને માટે એકે અવાજે પ્રશંસા કરે છે, અને એજ તેમની વૈધ તરીકેની યશસ્વી કારકીર્દીનો કીર્તિ સ્તંભ છે. બીજા ઉંટ વૈદ્યોને હાથે બચવા કરતાં જગત વૈધરાજ જંદુભટ્ટજીને હાથે મરવાને તૈયાર હતું, રાજી હતું. જે મ્હોટા લોકો સાધારણ પરહેજ પાળવાને પણ બીજા વૈદ્યો કે ઝકટરો પાસે આનાકાની કરતા હતા તે લોકો આ પરોપકારી લોકપ્રિય વૈધરાજની આજ્ઞા અને તેની છાયા નીચે મહીનાઓ સુધી મગભાત અથવા દુધભાત જેવું સખ્ત પથ્ય પાળવાને આતુરતા બતાવતા હતા, અને એમની આજ્ઞા પ્રમાણે વરતીને જેમને આજ્ઞા નહિ હતી એવા દરદીઓ સારા થઇ વૈધરાજને આશિર્વાદ આપતા હતા અને આપે છે. લોકોની વૈધરાજ ઉપર કેટલી બધી શ્રદ્ધા હતી, તે આ વાત ઉપરથી સારી રીતે સિદ્ધ થઇ શકે છે.

વૈધરાજ જંદુભટ્ટજીની સાંસારીક રહેણી કરણી નિરંતર સાદી અને એકસરખી હતી. દ્રવ્યાદિક તંગીના સમયમાં તેમજ છૂટના સમયમાં તેમની રહેણી એકજ પ્રકારની જોવામાં આવી છે. બાહ્યાવસ્થામાં પિતાની પાસે ઘણા લાડમાં ઉછર્યા છતાં, યુવાવસ્થામાં તે અવસ્થાનાં સંપૂર્ણ સુખવૈભવનો અનુભવ લીધા છતાં, અને આખી જીંદગી સુધી પૂર્ણ વૈભવવાળા રાજાઓના સર્વ રંગ જોયા છતાં, વૈધરાજનો રંગ કદિ બલાયો જોવામાં આવ્યો નથી. સુખથી તેઓ હર્ષ પામતા નહિ અને દુઃખથી કદિ ખેદ પામતા નહિ. મહાત્મા પુરુષોત્તમ એ એક ખાસ લક્ષણ છે. તેઓ સુખવૈભવ કરતાં તંગીને વધારે ઇચ્છતા હતા. જનમશ્રી વિભાજી જેવા ઉદાર દિલના રાજા પાસે માનપાનથી રહેલા હોવાથી તેમને વખતો વખત કીમતી ચીજોની બક્ષીસ મળતી, પણ તે ચીજોનો તેમણે કદિ ઉપયોગ કરેલો નથી, એટલુંજ નહિ પણ તંગીના વખતમાં તેઓ તેવી ચીજોમાં કાંઇપણ મોહ નહિ રાખતાં આખી દેતા હતા કે વેચી નખાવતા હતા, એવું કહીને કે એવી ચીજોપરની આસક્તિ અથવા મોહ ખરાસુખ અને ઉન્નતિના માર્ગનો અટકાવ કરે છે.

તેઓ સંપૂર્ણ પ્રેમી હતા. તેમનો પ્રેમ નિર્વિકારી, નિષ્કલંક અને વિશુદ્ધ હતો. આ સ્વભાવસિદ્ધ પ્રેમરૂપી વીજળી વડે તેમણે જગતને પોતાના તરફ ખેંચી લીધું હતું. આ પ્રેમરૂપી મોહિની એવી આકર્ષક હતી

કે માણસ વૈધરાજના અલ્પ સમયના સહવાસમાંજ તેમના પ્રેમ રસમાં રસખસ થઇ જતો હતો. મેં ઉપર કહ્યું તેમ તેમનો પ્રેમ જેમ વિશુદ્ધ હતો, તેમ નિઃસ્વાર્થ હતો. જગતમાં એવા ઉન્નતભાવ-ગુણની ઘણી ખામી છે; જગતમાં એવાં ઉચ્ચ હૃદયની ખોટ છે. જગત તેમના સહગુણો અને પ્રેમને આધીન હતું તો કુટુંબ એમના પ્રેમમાં આધીન હોય, પુત્ર પિતૃભક્ત હોય અને ભાઇઓ આગ્રાનુસારી હોય એમાં આશ્ચર્ય શું? ધર્મરાજ-યુધિષ્ઠિર રાજ્ય ખોઇ બેઠા ત્યાં સુધી પણ ભાઇઓએ વડિલ બંધુની આગ્રાનો અનાદર ક્યો નહોતો. વૈધરાજ ઉપર એમના ભાઇઓની એવીજ ભક્તિ નિરંતર જોવામાં આવેલી છે, અને પુત્રની પિતૃભક્તિ શ્રવણતું સ્મરણ કરાવે છે.

વૈધરાજ રસઅલંકાર અને સંગીત વિદ્યાથી આરંભીને ઉંચામાં ઉંચા તત્ત્વજ્ઞાન (Highest Philosophy) સુધી પહોંચી શક્યા હતા. તેઓ ખરેખરા “ ફિલસુફ ” હતા. મહાભારત, રામાયણ અને ગીતા જેવા ઉત્તમ ગ્રંથોની ઉંચી ફિલોસોફીના ખરા રહસ્યને તેઓ પહોંચ્યા હતા, અને એ ફિલોસોફીનું તત્ત્વ તેઓ પોતાના અનુયાયી અને અનુરાગીઓને પ્રસંગે પ્રસંગે બતાવતા હતા. દરેક વિષયપર તેઓ ઉતરી શકતા હતા અને તત્ત્વજ્ઞાન તથા નીતિના પ્રાચીન ગ્રંથોનાં પ્રમાણો જાણે તેમણે પોતાનાં કરી લીધાં હોય તેવી રીતે તે પ્રમાણો પ્રસંગાનુસાર તેમના મુખમાંથી સ્વાભાવિક રીતે નીકળી આવતાં હતા. તેમનું જ્ઞાન ઉંડું હતું અને અનુભવ વિશાળ હતો.

વૈધરાજ ખરેખરા ત્યાગી હતા. ત્યાગીનો વાસ્તવિક અર્થ સંસારનો-ધરણ્યાર કુટુંબ પરિવારનો-ત્યાગ નરી જંગલમાં જઇ બેસે, એવો નથી. આસક્તિનો અભાવ તેનુંજ નામ ત્યાગ છે. આત્મ ત્યાગ એટલે “ હુંપણા ” નો અથવા “ મારાપણા ” નો ત્યાગ એજ ખરો ત્યાગ છે, અને એ ત્યાગ સંસારમાં રહીને થઇ શકે એજ ત્યાગી પુરૂષની ખરી પુખ્તી છે. જંગલમાં તેમને ત્યાગ કરવાનું કશું હોતું નથી. સંસારમાં જ્યાં નાના પ્રકારની લાલચો, માણસોને સ્વાર્થ, મોહ અને આસક્તિના વિકટ રસ્તામાં દોરી જાય છે, ત્યાં રહીને ત્યાગ બુદ્ધિથી કર્તવ્ય પરાયણ થવું એનું નામ ખરો ત્યાગ છે. તરવારની ધારપર ચાલવું એ કામ જેવું વિકટ છે, એવોજ એ ત્યાગ મુશ્કેલ છે. અતિઉદાર અને મહોટા મનના મહાત્માઓ સંસારમાં ર-

હીને, કર્તવ્ય કરીને, 'ભેદ' ત્યાગી થઈ શક્યા છે. વૈદરાજ એમાંના એક ખરેખર ત્યાગી પુરૂષ હતા. રાજ્ય સંક્રાંત્યને લીધે અમે તેમની ત્યાગ વૃત્તિનાં અદ્ભુત દૃષ્ટાંતો અત્રે આપી શકતા નથી.

વૈદરાજ અંબુદેવ એક યોગી પુરૂષ હતા, એમ કહેવામાં હું અતિ-શયોક્તિ કરું છું એવું હું મારતો નથી. અજ્ઞાન જગતને જે યોગ વિદ્યા શીખવામાં આવેલી છે અને આને છે અને જેને અજ્ઞાન વર્ગ યોગી પુરૂષ કહે છે, તેને હું યોગવિદ્યા કે યોગી પુરૂષ કહેતો નથી. યોગ વિદ્યામાં શારીરિક ક્રિયાઓનેજ સમાવેશ થતો નથી. ધ્યાની, પોતી, અસ્તિ, નોળી વગેરે કર્મો શારીરિક શુદ્ધિનાં સાધનો બલે હોય, પણ એ સાધનો માત્રથી યોગવિદ્યાની સફળતા થતી નથી. છેક અજ્ઞાન વર્ગ જ્યારે ભગવાં લૂગડાંમાં યોગસિદ્ધિ સમજે છે ત્યારે મધ્યમ વર્ગ યોગસિદ્ધિની સાધનભૂત ક્રિયા માત્રમાં યોગવિદ્યાની સફળતા માનતો જણાય છે. આમ અજ્ઞાનરૂપી અંધકારમાં વેશધારી ભગવાં વસ્ત્ર વાળાઓ પૂજ્ય પદને પામ્યા છે અને ખરા યોગી પુરૂષો ખુણામાં રહી ગયા છે. “ત્યાગ” “અને ત્યાગી”નો ખરો અર્થ સમજવામાં અજ્ઞાન વર્ગ જેવી ભૂલ કરે છે, એવીજ ભૂલ “યોગ” અને યોગી” નો અર્થ કરવામાં થતી હોય એમ જોવામાં આવે છે. આ શબ્દો બહિર્ ક્રિયાઓ કરનારાઓ અને વેશ ધારીઓને ખોટી રીતે લાગુ પાડવામાં આવેલા છે. ખરી રીતે જોતાં, જેમની માનસિક વૃત્તિઓ અને એ વૃત્તિઓ માંથી ઉદ્ભવ થતી ક્રિયાઓ-કર્તવ્યો ત્યાગ-ધર્મને અનુરૂપ છે, તેઓજ ખરા “ત્યાગી” અને ખરા “યોગી” છે. ત્યાગસિદ્ધિની પેઠે યોગસિદ્ધિ પણ સંસારમાં રહીનેજ કરી શકાય છે. ખરું કહું તો “યોગ” એ ખરેખરા સાચા સંસારીનું એક ઉત્તમ કર્તવ્ય છે. મનના યોગ વિના ક્રોધ પણ કાર્ય યથા વિધિ સિદ્ધ થઈ શકતું નથી. માનસિક વૃત્તિઓને એકાગ્ર કરીને, માનસિક બળ, માનસિક દૃઢતા અને માનસિક ધૈર્ય સંપૂર્ણ પ્રાપ્ત કરીને કોઈ સારા કાર્યમાં પ્રવૃત્તિ કરી તેને સિદ્ધ કરવું, તેનું નામ “યોગ” છે, અને એવી રીતે જગતમાં કાર્ય કરવાવાળા પુરૂષો “યોગી” કહેવાય છે. માનસિક વૃત્તિઓનું એક સ્થાનમાં જોડાવું, માનસિક બળનું એક વસ્તુમાં એકત્ર થવું, અને માનસિક ધારણા શકિતનું એક ચોક્કસ કાર્યમાં આગ્રહપૂર્વક લક્ષ લાગવું, તેનું નામ “યોગ” છે. આ “યોગ”નો સાદો અને સમજાય એવો સરલ અર્થ છે. ભગવાં વસ્ત્રો પહેરવાં એ યોગ નથી, સમાધિ ચડાવી હાથ પગ જોડી બેસી રહેવું એ યોગ નથી; ગુદાં જુદાં આસનો કરી બતાવી અ-

જ્ઞાન લોકોને બમાવવા, એ યોગ નથી; પંચાગ્નિ (પંચકુણી) કરીને પેટ-
બરવાની પેઢી માંડવી, એ યોગનથી; એક હાથ કે એક પગ ભર ઉભા
રહેવાનું વ્રત લઈ અજ્ઞાન લોકોને બનાવવું કે અમે વ્રતધારી મહાયોગી
છીએ, એ કાંઈ યોગ નથી; એ બધા પેટ બરવાના ઉપાયો છે, તેમ છતાં મારે
એટલું તો કપ્પૂ કરવું જોઈએ કે, પેટ બરવાના સાધન-ઉપાય તરીકે પણ
નિઘ્રહી, અભ્યાસથી અને આગ્રહથી તેઓ પોતાની આ ક્રિયાઓમાં મસ્ત
અને ઉન્મત્ત બનેલા જોવામાં આવે એ, તે પણ એક પ્રકારનો યોગ છે,
અને જો તેવાજ નિઘ્રહ, અભ્યાસ અને આગ્રહથી તેઓ આમ વ્રતા ઠાળ
ક્ષેપ કરવાને બદલે જગતના હિતને અર્થે પ્રવૃત્તિ કરે તો તેમને ખરા યોગી
પુરોહિતો આપણે કહી શકીશું. તેઓના આત્મા પ્રતોથી આપણી એટલી તો
ખાતરી થાય છે કે, આપણે આપણા કાર્યોમાં જોવાજ નિઘ્રહી, નિયમી, અને
આગ્રહી રહીએ તો કોઈપણ સત્કાર્ય કે સદુદ્યોગમાં સફળતા પામીએ. વૈદ્ય
રાજ અંકુભટ્ટજી ખરા યોગી હતા, કેમકે તેઓ પોતાના કર્તવ્યમાંજ પોતા-
ની વૃત્તિઓને નિરંતર જોડી રહ્યા હતા; એક તરફથી તેમણે કર્તવ્ય જગ-
તના હિતનું—કલ્યાણનું હતું અને બીજી તરફથી તેણે કર્તવ્યમાં તેઓ ધીર,
વીર, આગ્રહી, નિઘ્રહી અને નિયમી હતા. એ તેમનો યોગ હતો, જેની કિમ-
સિદ્ધિ સફળતા એ થઈ કે તેઓએ જગતના ઉપર મહદ ઉપકાર કર્યો અ-
ને જમતે તેમને પોતાના પરમ ઉપકારક પૂજ્ય પુરુષ તરીકે માન્યા. યોગ
સિદ્ધિની આ સમયમાં આથી વિશેષ સફળતા બીજી શી હોઈ શકે? યોગ
સાધના અને યોગ સિદ્ધિની જે અદ્ભુત વાતો આપણે સાંભળીએ છીએ
તેમાં કેટલી સત્યતા છે અને કેટલે અંશે તે સિદ્ધિ જગતમાં પ્રચલિત છે,
તે વિષે હું કાંઈ જાણુનો નથી. માનસિક પવિત્રતા, અભ્યાસ અને મનો-
બળથી અંતઃકરણ-મન અધિક ઉત્તત દશાને પ્રાપ્ત થતું હશે, એ જેમ
સંભવિત છે, તેમ કેઈ વિરલ વ્યક્તિમાં શક્ય પણ હશે.

વૈદ્યરાજના જીવન ચરિત્રની આ ઘણીજ ટૂંકી નોંધ છે. આવા એક
મહા પુરુષના ચરિત્રને જે ન્યાય આપવો જોઈએ, તે મારાથી અપાયો
નથી. મારી પાસે સાહિત્ય-સાધનો નથી અને આ સ્થળમાં પુરતી જગા
પણ નથી. તેમના ગુણાનુવાદ માટેજ આ નોંધ લેવાની મેં તક સાધી
નથી; કેમકે તેમના ગુણાનુવાદ અને કીર્તિનું કથન તો એ પ્રતાપી મહા
પુરુષના જીવનના આરંભથીજ જગતે કરવા માંડેલું છે. પ્રતિસ્પર્ધાઓ
અસહનતાને લીધે ગમે તેમ જોલશે, તોપણ તેઓ ન્યાય કરનારી આલ-

મનાં મોઢાં બંધ કરવાને શક્તિવાન થઈ શકે એમ નથી! જગતમાં કોઈ નિરાકાર ઇશ્વરની ઉપાસના કરે છે, કોઈ સાકાર મૂર્તિની સેવા કરે છે; કોઈ રામનો ઉપાસક છે, કોઈ કૃષ્ણ પરમાત્માનો ભાવિક ભક્ત છે; કોઈ ગણ-પતિની ઉપાસના કરે છે; કોઈ શંકરની સેવા કરે છે, અને કોઈ શક્તિની સાધના કરે છે. વાંચનારાઓ સહજ પ્રશ્ન કરશે કે ત્યારે આ ચરિત્રના નાયક વૈધરાજ કોની ઉપાસના કરતા હતા? આ પ્રશ્નનો મારા તરફથી જે ઉત્તર મળે છે, તેની વાંચનારાઓના મનમાં કલ્પના પણ ભાગ્યેજ થઈ શકે. જગતમાં એ ઉપાસના વિરલ છે. એ ઉપાસનાને જગતા હુકુ જીવે સમજી શકતા નથી. સાંકડાં મગજમાં એ ઉપાસનાનો મહિમા આવી શકતો નથી. એ ઉપાસના કંઈ? એ ઉપાસના “વિરાટોપાસના” છે! વિરાટ એટલે જગત. આખા જગતના પ્રાણીઓની ઉપાસનાને વિરાટોપાસના કહેવામાં આવે છે. “વિરાટોપાસના” એજ વૈધરાજની ઉપાસના હતી. વિરાટોપાસના કરવી એટલે જગતના જીવોની સેવા કરવી અથવા તેમના સાન્નિધ્યમાં-સમીપમાં-પહોંચી તેમનું બની શકે એટલું શ્રેય કરવું, એજ તેમની ઉપાસનાનો વિષય હતો. આવા મહાત્મા પુરૂષની કીર્તિનું જગત આગળ કથન કરવાનો ત્યારે અવકાશજ દયાં રહે છે? મારા ઉદ્ગારો સ્વાભાવિક છે, એ કહેવાની કશી જરૂર નથી. મારા અંતઃકરણ ઉપર વૈધરાજના યશસ્વી જીવનની જે છાપ પડેલી છે, તેનો આ માત્ર પ્રતિધ્વની છે. જે મને આ મહાપુરૂષના જીવન ચરિત્રનાં સંપૂર્ણ સાધનો મળી શકશે તો તેમનું સંપૂર્ણ જીવન ચરિત્ર લખવાનો કોઈ બીજો પ્રસંગ લાઇ હું કૃત્ય કૃત્ય થઈશ.

ચાલુચર્યા.

૧. પુનાવાળા સરદાર નાતુભાઈઓને સરકારે ચોક્કસ શરતે છૂટા કર્યા છે. એક તરફથી પેપરોમાં ભારે મ્હોટી ચર્ચા થઈ રહી અને છેવટના ભાગમાં મુંબઈના નાણીત્ત અંગ્રેજી પત્ર “એમ્પીયને” મુંબઈ સરકાર અને સરદાર નાતુ વચ્ચે ચાલેલો પત્ર બ્યવહાર પ્રસિદ્ધ કરી કેટલીક વાત અનવાળામાં મૂકી અને બીજી તરફથી મોટા સરદારના પત્ની શ્રીમતી લક્ષ્મીબાઈએ સરકારને અસરકારક શબ્દોમાં અરજી કરી. એ સર્વ ધોંધાટનું પરિણામ એ આવ્યું કે, સરદાર નાતુભાઈઓને છોડી મુકવાનું નામદાર મુંબઈ સરકારે મોડું મોડું પણ ડહાપણ વાપર્યું છે !

૨. વિગ્રહનો વિનાશ કરક દેવ પાછો જગૃતિમાં આવેલો છે. સરહદપરની લડાઈ બંધ પડી એટલામાં રપેન અને અમેરિકાએ ભારે રમખાણ મચાવી મુક્યું છે. અમેરિકાના કિનારાપર આવેલા ક્યુબા બેટના રહેવાસીઓએ રપેનના જીલ્લમી અમલથી રપેનની જીલ્લમી હુસરીમાંથી છોડાવવા માટે અમેરિકાના યુનાઈટેડ સ્ટેટસની સ્વંત્રતાને ચહાનારી અંગ્રેજ પ્રજાએ તેમને આશ્રય આપ્યો. મમત વધી ગયો અને રપેને પોતાની આગલી મોટાઈનું ગુમાન રાખી એ બળવાન પ્રજા સાથે લડાઈમાં જીપલાવ્યું છે.

૩. પૃથ્વી ઉપર સૌથી મ્હોટામાં મ્હોટો ગણાતો પુરૂષ મિ. ગ્લાડસ્ટન પડ્યો છે ! આ વૃદ્ધ મહાપુરૂષના નામથી પૃથ્વીમાં ભાગ્યેજ કાંઈ અન્નપ્રયુ હશે. તે બ્રિટિશ શહેનશાહતનો માજી વડો પ્રધાન હતો અને પૃથ્વી પરની પ્રજાઓના રાજદારી પુરૂષોમાં પ્રથમ પંક્તિ ધરાવતો હતો. થોડાજ દિવસપર વેસ્ટમિન્સ્ટર એમ્બીમાં તેનો જૂમિદાહ કરવામાં આવ્યો હતો. આ મહા પ્રતાપી પુરૂષના પ્રેતનાં દર્શન કરવાને એટલિટનમાંથી અને યૂરોપના બીજા ભાગોમાંથી છેલ્લા બે દિવસોમાં ૧૭૦૦૦૦ માણસો આવી ગયાં હતાં ! પ્રતાપ, લોક પ્રિયતા, પ્યાર અને પૂજ્ય ભાવની અહિં અવધિ આવી રહે છે !

૪. આપણા ઇલાકામાં આ માસમાં એવાજ બે પ્રતાપી અને પ્રસિદ્ધ પુરૂષોના સ્વર્ગવાસની નોંધ લેતાં અમેને ભારે દક્ષગીરી પેદા થાય છે. એ પ્રસિદ્ધ પુરૂષો તે આપણા ગૂજરાતના કવિવર દક્ષપત્રસમ ડાહ્યાભાઈ સી. આઈ. ઇ., અને આ ઇલાકામાં ધનવંતરીના અવતાર તરીકે મનાયેલા વૈદ્ય શિરોમણી રાજ્ય વૈદ્ય કર્ણાશંકર ઉર્ફે ઝંડુભટ્ટ છે.

પ્રસિદ્ધિ.

તૈયાર છે. આદિકોએ લખાવનારો રૂ. ૧૧ તથા પોસ્ટેજનો અરધો આ-
નો, તેની ટીકોએ મોકલી મંગાવી લેવું.

દરેક કુટુંબ અને ઘરમાં આ પુસ્તક વંચાવવાની જરૂર છે.

ચરક-સુશ્રુત.

વૈદ્યવિદ્યાના આ બે આદિ અને સર્વોપરી મહાન્યથોનાં મૂળ સાથે
ગુજરાતી ભાષામાં ભાષાન્તરો પ્રગટ કરવાનો કેટલોક સમય થયાં અમારા
તરફથી ચલ્ન ચાલે છે. સુશ્રુતનું ભાષાન્તર “વૈદ્યકદ્વય” ચોપાનિયામાં બે
વર્ષ થયા છપાતું હતું. પણ તેને જુદા ગ્રંથના આકારમાં છપાવવાનો પ્રયત્ન
ચાલતો હોવાથી હવેથી તેમાં છપાતું બંધ કર્યું છે; અને “ચરક સંહિતા”
ને ગ્રંથના આકારમાં છપાવવાનો અમારા તરફથી આરંભ થયો છે.

ધરવૈદ્ય.

ગુજરાતી ભાષામાં આજ સુધીમાં છપાયેલા વૈદ્યકના
ગ્રંથોમાં સર્વથી ઉપયોગી તેમજ સર્વથી સસ્તો ગ્રંથ
તૈયાર થાય છે—છપાય છે.

કદ રૉયલ ૫૦૦ પૃષ્ઠ—કિંમત માત્ર રૂ. ૧૧૧ પોસ્ટેજ જુદું.

દરેક ઘરમાં ક્ષણે ક્ષણે ઉપયોગી થઈ પડે એવી બાબતો અને ઉપા-
યોનો અપૂર્વ સંગ્રહ આ ગ્રંથમાં કરવામાં આવેલો છે.

વૈદ્યકના ગ્રંથો અને દરદોના ઉપાયો એટલે દવાઓ સામાન્ય તેમજ
ગરીબ વર્ગના લોકોને માટે આજકાલ બારે મોંઘી થઈ પડેલ છે અને તેથી
તે લોકો વૈદ્યકના જ્ઞાનથી તેમજ દરદોના ઉપાયોથી બેનશીબ બનેલા છે.
આ વાત ખાસ લક્ષમાં રાખીને મેં આ ગ્રંથ તૈયાર કરેલો છે. શરીર સં-
રક્ષણ અને આરોગ્યતાની સમય સમય અને પ્રસંગે પ્રસંગની સુચનાઓ
સાથે ઉપાયોનો જે સહેલો સંગ્રહ આ ગ્રંથમાં આપવામાં આવેલો છે તે
દરેક કુટુંબને એક સારા સલાહકાર અને ધરવૈદ્યની ગરજ સારી શકશે,
અને ગરીબ માણસ પણ આ ઉપયોગી ગ્રંથનો લાભ લઈ શકશે એવા હે-
તુથી દ્રવ્યાદિક લાભનો વિચાર બાબતુપર મુકી દઈને એક વારતો આ ગ્રંથ
પડત કિંમતે પ્રજામાં વહેંચી આપવો એવો મેં સંકલ્પ કરેલો છે. આ
ગ્રંથની સંપૂર્ણ માહિતી માટે તેના સૂચીપત્રો અમારી પાસેથી મંગાવી
ખાતરી કરો.

અમદાવાદ.
ચિચિરાડ.

વૈદ્ય જટાશંકર લીલાધર,
ગુજરાત આર્ય ઔષધશાળા.

વૈદ્યકદ્વપતર.

વૈદ્યક સંબંધી ઉપયોગી વિષયો ચરચનાર
માસિક પત્ર.

A MONTHLY MEDICAL ADVISER.

પુસ્તક ૪ થું.

જુન સને ૧૮૯૮.

અંક ૬ ઠા.

તંત્રી

વૈદ્ય જટાશંકર લીલાધર ત્રિવેદી

ગૂજરાત આર્ય ઔપધશાળા

અમદાવાદ.

વિષયાનુક્રમ.

વિષય.	પૃષ્ઠ.	વિષય.	પૃષ્ઠ.
વર્ષાઋતુ.....	૮૯	વૈદ્યક અભિપ્રાય અને અનુભવ.....	૯૪
શરીર રચના.....	૯૧	લાંબી જીંદગીનાં મનુષ્યો.....	૧૦૧
બ્રહ્મ અને માયા.....	૯૨	ચાલુ ચર્ચા.....	૧૦૨
ચાવીસ ૮.૮૧.....	૯૨	બાળ લગ્ન.....	૧૭

અમદાવાદ—“પ્રજાબંધુ” પ્રીન્ટીંગ પ્રેસમાં મુદ્રાંકિત કર્યું.

વાર્ષિક મૂલ્ય

પોસ્ટેજ સાથે રૂ. ૧૧ અગાઉથી. પાછળથી રૂ. ૧૧૧.

(સર્વ હક સ્વાધિન.)

ગ્રાહકોને વિજ્ઞાપના.

૧. “બ્રહ્મચર્ય” એ નામનું પુસ્તક ખાસ આ ચોપાનિયાના ગ્રાહકોને ભેટ આપવા માટે તૈયાર કરી છપાવેલ છે. જે જે ગ્રાહકો તરફથી લવાજમ વસુલ થયું છે તેમની તરફ એ ભેટનું પુસ્તક મોકલી આપવામાં આવેલું છે. લવાજમ અગાઉથી લેવાનો વડીવટ હોવાથી જેમના તરફથી લવાજમ હવે કુલુંબી નથી મળ્યું તેમનું લવાજમ ટપાલ ખાતા દ્વારા મંગાવી લેવાનો અમોએ દર વરસ વડીવટ રાખેલો છે તેમ છતાં થોડાંએક ગૃહસ્થોએ પાછું વાળ્યું છે; માટે આશા છે કે તે સાહેબો પોસ્ટેજ તથા મનીઓરડર કમીશન સાથે લવાજમના પૈસા ટપાલમાં ખરી ભેટનું પુસ્તક વેળાસર મંગાવી લેશે,

૨. અમારાં બાળકોનાં ગ્રાહકો સિવાય બીજા જે જે ગૃહસ્થો તરફ આ ચોપાનિયું મોકલવામાં આવે, તેઓ તે ચોપાનિયું વાંચી ઉત્સાહી જણાય તો તેનો સ્વીકાર કરશે અને અમોને એક પોસ્ટકાર્ડથી લખી જણાવેલી તેમનાં નામ ગ્રાહકોના લીસ્ટમાં નોંધવામાં આવશે. આ ચોપાનિયું કેળાવેલાં કુટુંબોમાં ઘણાજ પ્રેમથી વંચાતુ થયું છે તે કહેવાની હવે કશી જરૂર નથી. શરીર સંરક્ષણની ખરી કિમ્મત કરનારા ગૃહસ્થો આ ચોપાનિયાને પોતાના કુટુંબમાં વંચાતુ બેવાને બહુ અતુરતા ધરાવે છે. જો ની પરીક્ષા ઝવેરીઓજ કરી શકે છે !

૩. આ ચોપાનિયા માટે લેખો લખી મોકલવાને વૈદ્યા તેમજ વૈદિકી ધાના શોખીનોને છુટ છે. પણ એ લેખો આ ચોપાનિયામાં લેવા લાયક હશે અને અમને પસંદ પડશે તોજ દાખલ કરવામાં આવશે.

૪. ગ્રાહકોને રોગ સંબંધી કે અમારા ધધાને લગતી કાંઈ પણ સલાહ બેઠતી હશે તો તે લખી મોકલવામાં આવશે.

૫. પત્ર વ્યવહાર કરનારાઓએ ઉત્તર માટે અરજા આનાની ટીકીટ અથવા પોસ્ટ કાર્ડ મોકલી દેવું. પોસ્ટેજ મળ્યા વગર અમારા ખર્ચે ઉત્તર આપવાનું અમોને પોસાય તેમ નથી.

૬. આ ચોપાનિયાનાં પાંચ ગ્રહકો મેળવી આપનારને અથવા અમારી દવાશાળામાંથી પાંચ રૂપિયાની કીમતની દવા મંગાવનારોએ એક વરસ સુધી આ ચોપાનિયું મફત મોકલવામાં આવે છે.



વૈદ્યકલ્પતર.

પુસ્તક ૪ થું.

જુન સને ૧૮૯૮.

અંક ૬ ઠા.

વર્ષાઋતુ.

The Rainy Season.

અમો અગાઉ ઘણીવાર જણાવી ગયા છીએ કે ગ્રીષ્મ ઋતુમાં કર-
વામાં આવેલા ઠંડા ઉપચારોને લીધે તે ઋતુમાં માણસોના શરીરમાં વા-
યુનો સંચય થાય છે અને ગ્રીષ્મઋતુને અંતે ઋતુના ફેરફારની સાથે તે
વાયુ કોપ પામે છે. ગ્રીષ્મઋતુની વધી પડેલી ઉષ્ણતામાં એકાએક વરસા-
દનું પાણી પડવાથી, એકદમ ઠંડી થવાથી, ભેજવાળા પવનથી, પૃથ્વીની
ખંદરની બાફ બહાર નીકળી ફેલાવાથી, અન્નમાં ખટાશનો ભાગ વધવાથી,
તે પાણી ભરિન થવાથી આ ઋતુમાં વાયુ પ્રકુપિત થવાની સાથે ત્રણે
૧ (વાત પિત્ત કફ) વિરૂદ્ધ પરિણામને પામે છે, અને તેથી ગ્રીષ્મઋ-
તુમાં થયેલી મંદાગ્નિમાં વિશેષ મંદપણું થાય છે. ભેજવાળો વાયુ વાયુને
વધારી પિત્તને ઘટાડે છે. શરીરની ઉષ્ણતા ઠંડુ જળ પડવાથી બાફરૂપ થ-
ઈ પિત્તને પ્રકુપિત કરે છે. પૃથ્વીની બાફ અને ખટાશવાળા પાકથી પિત્ત-
ની વૃદ્ધિ થતાં વાત તથા કફનો ઘટાડો થાય છે. ભરિન પાણી કફને વધારી
વાતપિત્તને દબાવે છે. એવીરીતે વાતપિત્ત-કફ એ ત્રણે દોષોનું પરસ્પર
યુદ્ધ ચાલે છે. અને ત્રણે એક બીજાનો જય પરાજય કરે છે. આવા વખ-
તમાં આહારવિહારનું વર્તન ઋતુને અનુસરી રાખવામાં આવે તો ઋતુ
આપણને થોડો પરાજય કરી શકે છે. આ ઋતુમાં વિશેષે કરીને વાયુનો
પ્રકોપ અને મંદાગ્નિ થવાથી અગ્નિ પ્રદીપ્ત કરનારા વાતહર પદાર્થોનું વિ-
શેષ સેવન રાખવું.

૧ આ ઋતુમાં સર્વ આહાર વિહારમાં સમાનપક્ષે વર્તવું, અને
જોટલા પદાર્થો અગ્નિને તેજ કરનારા છે તેટલા પદાર્થોનું સેવન કરવું.

૨ બની શકે તો એક મધ્યમ ગુણાળ દાહ લેવો.

૩ અન્ન જીવું વાપરવું. લુખા પદાર્થો કે લુખું અન્ન વાયુ વધારે છે માટે તેનો ત્યાગ કરવો.

૪ અથાણાં, ચટણી, પાપડ, મરી મશાલા વગેરે આ ઋતુમાં ખાવા, પણ પ્રકૃતિને અનુસરી મધ્યમસર; હદ ઉપરાંત નહિ.

૫ મગ કે તુર દાળનું ઓસામણુ તેમાં દાડમનો રસ કે છાસ નાખી પીવું. મધનો જીવો અરિષ્ટ પીવો.

૬ દહીંનું ધોળવું, સંચળ, સીંધાલુણુ કે મીઠું નાખીને પીવું. સંચળ વધારે ઠીક.

૭ જળાશયો ડોલાઇ જઇ પાણી મેલાં થઇ જાય છે. માટે અધરથી ઝીલેલું પાણી પીવાય તો વધારે સાર, અથવા જે કુવાઓમાં વરસાદના મેલા પાણીનો ભેગ ન થતો હોય એવા કુવાનું પાણી પીવું. નદી કે તળાવનાં પાણી આ ઋતુમાં ખીલકુલ પીવા નહીં.

૮. છાસ, કેરી, આંખલી, દહીં વગેરે ખટાશવાળા પદાર્થો એમને એમ અથવા કોઇ પદાર્થમાં મેળવીને આ ઋતુમાં ખવાય તો નુકસાન નહિ કરતાં ફાયદો કરે છે. વાદળાંવાળા દિવસોમાં તો એવા પદાર્થો અવશ્ય કરીને ખાવા. ખાટા પદાર્થો વાયુને જીતે છે.

૯. ઘી, તેલ, પાપડ, કાયરી, અથાણાં એ સર્વ શરીરમાં ગરમી આપવાવાળા પદાર્થો છે, અને તેથી તેવા પદાર્થો આ ઋતુમાં ખુશી સાથે ખાવા. લાક્ષી, બજીયાં, વડાં, ઢોકળાં, મુઠીયાં વગેરે ઘી તથા તેલમાં બનાવેલા કે તળેલા પદાર્થો તેમજ સુકા મેવો આ ઋતુનો વધારે અનુકુળ ખોરાક છે.

૧૦. બની શકે તેમણે આ ઋતુમાં બાં તળીએ વસવાસને બદલે બીજે ત્રીજે માળ વસવું.

૧૧. નદી તથા તળાવનાં પાણી, દીવસની ઉંધ, તડકો તથા કસરત એટલાં વાનાંનો આ ઋતુમાં ત્યાગ કરવો.

૧૨. સ્ત્રીસંગ મધ્યમ, અને રાત્રીએ જાગવું નહિ; ઠંડો પવન લેવો નહિ, બનતાં સુધી ભેજવાળી, કાદવવાળી કે પાણીવાળી જમીનપર ઉઘાડે પગે ચાલવું નહિ, બીનાં કપડાં પહેરવાં નહિ, વાછંટ સામે બેસવું નહિ, પાલ્લર પાણીમાં ન્હાવું નહિ અને ઘર આગળ કાદવ કે ગંદકી થવા દેવી નહિ.

શરીર રચના.

General Structure of the Body.

સૃષ્ટિની ઉત્પત્તિ વિષે.

શરીરની ઉત્પત્તિ તથા તેની રચના વિષે વિચાર કરતા પહેલાં જે સૃષ્ટિનાં તત્ત્વોએ શરીર બનેલું છે તે સૃષ્ટિની ઉત્પત્તિ વિષે પણ બહુ સૂક્ષ્મ નહિ તોપણ કાંઈક સામાન્ય અને સાદી સમજણ આપણે મેળવવી જરૂરની છે. વાસ્તવિક રીતે વિચાર કરી જોતાં સૃષ્ટિનો આરંભ કે અંત નથી. કેમકે જે પદાર્થો અને પરમાણુઓમાંથી સૃષ્ટિ રચાણી છે અને રચાયા કરે છે, તે પદાર્થો અને પરમાણુઓ વિકારવાન છે પણ નાશવંત નથી. અભાવમાંથી ભાવનો સંભવજ નથી. શૂન્યમાંથી સૃષ્ટિ થઈ શકેજ નહિ. પૂર્વે અથવા કોઈએક કાળે આ સૃષ્ટિના પૃથ્વી, વાયુ, વગેરે પદાર્થોની હયાતી પહેલાં આ જગત બ્રહ્મમય હોવું જોઈએ. પશ્ચિમનું પદાર્થ વિજ્ઞાન અને શાસ્ત્ર (Science) પણ સાક્ષી આપે છે કે, બ્રહ્મ અથવા વિશ્વ-ચૈતન્ય સર્વ સમયમાં હયાતી ભોગવતું આવેલું છે, ભોગવે છે અને સદા ભોગવશે. એ ચૈતન્ય અથવા પરમાત્માનો કદિ નાશ નથી. આર્યવિદ્યા પ્રમાણે એ ચૈતન્ય કેવળ નિરાકાર છે એમ પણ નથી; કેમકે જો બ્રહ્મ કેવળ નિરાકાર હોય તો નિરાકાર બ્રહ્મમાંથી સાકાર સૃષ્ટિની ઉત્પત્તિનો સંભવ થઈ શકતો નથી. આ બ્રહ્મ અથવા પરમાત્મા સદૈવ જડ અથવા માયાના ક્રિયિત અંશવાળું છે, એટલે નિરાકાર પરમાત્માના એક દેશમાં જડરૂપ માયાની સ્થિતિ છે.* બીજી રીતે કહીએ તો માયા પોતે ચૈતન્યના સંબંધ વગરની નથી. માયા નિરંતર પરમાત્માના સંબંધથી, જેમ બીજામાંથી વૃક્ષ અને વૃક્ષમાંથી બીજ થાય છે તેમ, સદા વિસ્તાર તથા સંકોચ પામે છે. આ માયા અથવા જડ પરમાણુઓના વિસ્તાર સમયે સર્વ પરમાણુઓ કરોળીયાની જાગતી પેઠે પ્રસરે છે અને જગતરૂપે દૃશ્યમાન થાય છે, અને સંકોચ સમયે એક અદૃશ્ય પરમાણુરૂપે રહે છે. આ પરમાણુનો એટલે જે પરમાણુઓએ સૃષ્ટિની ઉત્પત્તિ, સ્થિતિ અને લગ થયા કરે છે

* “પરમાત્માના સ્વપ્રકાશરૂપમાં એક અંશ સર્વ વિશ્વ છે અને ત્રણ અંશ અમૃત છે.”—ઋગ્વેદ, મંડળ ૧૦, સૂકત ૬૦.

અથવા રૂપાન્તર થયા કરે છે, તે પરમાણુનો ક્ષય કદિપણ થતો નથી, અને તેથી સૃષ્ટિને આદિ કે અંત નથી.

પરમાણુરૂપ જડના અંશવાળા પરમાત્મારૂપી ચૈતન્યમાંથી આકાશ, વાયુ, અગ્નિ, પાણી અને પૃથ્વી ઉત્પન્ન થયાં છે, અને જગતના સર્વ પદાર્થો એ પાંચ પંચમહાભૂતના પરસ્પર રસાયન યોગથી થયેલા છે. જ્યાં સુધી એ રસાયન યોગ તે પદાર્થોમાં ચાલતો રહે છે, ત્યાં સુધી તે પદાર્થો તેની સાંપ્રત રિચિતિમાં હયાતી ભોગવતા જોવામાં આવે છે, અને જ્યારે એ ક્રિયા બંધ પડે છે ત્યારે તે પદાર્થો રૂપાન્તર થઈ બીજું સ્વરૂપ પકડે છે, અથવા તેનાં પ્રથક પ્રથક તત્વો તે તે જાતનાં મૂળ તત્વો (પૃથ્વી, પાણી વગેરે) સાથે મળી જઈ તે પદાર્થો અદૃશ્ય થાય છે. આવી રીતે જડ અને ચૈતન્ય શક્તિના પ્રભાવવડે નિરંતર ચાલી રહેલી રસાયન ક્રિયાથી સૃષ્ટિમાં નાના પ્રકારના પદાર્થો હયાતીમાં આવે છે અને પાછા અદૃશ્ય થાય છે. એ ક્રિયાને આપણે “ઉત્પત્તિ” અને “નાશ” એવું નામ આપીએ છીએ, પણ ખરું જોતાં આ સૃષ્ટિમાંથી કોઈ વસ્તુની વાસ્તવિક રીતે ઉત્પત્તિ કે નાશ થતોજ નથી. માત્ર રૂપાન્તર થયા કરે છે.

બ્રહ્મ અને માયા

આ સૃષ્ટીના સર્વ પદાર્થો, ત્યારે, બ્રહ્મ (ચૈતન્ય) અને માયા (જડ) એ બે અનાદિ અને અવિનાશી શક્તિઓ અથવા શક્તિવાન વસ્તુઓ વડે થયેલા છે. બ્રહ્મ જેને પરમાત્મા, પુરૂષ અથવા ચૈતન્ય એવા નામથી પણ બોલાવવામાં આવે છે, અને જે આ સૃષ્ટીની ઉત્પત્તિનું મૂળકારણ, ઇચ્છા રહિત તથા કેવળ આનંદ સ્વરૂપ છે, તે બ્રહ્મની નિત્ય^૧-પ્રકૃતિ^૨ સુર્યના પ્રતિબિંબ જેવી છે. આ પ્રકૃતિને માયા, અથવા જડ એવાં નામથી પણ ઓળખાવવામાં આવેલ છે. તે માયા જડ એટલે અચેતન છતાં પરમાત્માના ચૈતન્યના યોગથી તેણે આ આખું જગત નાટક સરખું, અને અનિત્ય એટલે ઉત્પત્તિ તથા નાશવાળું કર્યું. જગતને ઉત્પન્ન કરવાવાળી આ પ્રકૃ-

૧. જૂત, બિંધ્ય તથા વર્તમાન ત્રણે કાળમાં રહેનારી ૨. પ્રકૃતિ-સત્, રજ, તથા તમ એ ત્રણની સમાન અવસ્થા.

તિએ જગત વિષયમાં ઇચ્છાવાળી “ બુદ્ધિ ” ઉત્પન્ન કરી. એ “ બુદ્ધિ ” જેને મહત્ તત્વ કહેવામાં આવે છે, તેમાંથી બીજા ૨૪ તત્વો ઉત્પન્ન થયાં.

ચોવીશ તત્વો.

જે તત્વોથી સૃષ્ટિની રચના થયેલી છે, તેજ અથવા તેમાંના તત્વો વડેજ માણસના શરીરની રચના થયેલી છે. આર્ય વૈદ્યકશાસ્ત્ર માણસનું શરીર ૨૪ તત્વોનું બનેલું મનાવે છે. એ ચોવીશ તત્વો નીચે પ્રમાણે છે.

૧. મૂળપ્રકૃતિ.

૫. જ્ઞાનેન્દ્રિયો.

૧. બુદ્ધિ.

૫. કર્મેન્દ્રિયો.

૧. અહંકાર.

૫ સૂક્ષ્મ રૂપો.

૧. મન

૫. પાંચમહાભુત.

ખુલાસો:—

મૂળ પ્રકૃતિ—એટલે જેને માયા અથવા જડ કહેવામાં આવે છે તે. એ માયાના ત્રણ ગુણ છે. “ સત્વ, ” “ રજ, ” “ તમ. ” આ ત્રણ ગુણો તેની સમાન અવસ્થામાં સદૈવ હિતકારી છે અને અસમાન અવસ્થામાં વિકાર ઉત્પન્ન કરે છે. પ્રકૃતિના આ ત્રણ ગુણ-ધર્મમાં વધવટ થવી તેનું નામ વિકાર અથવા વ્યાધિ છે. સત્વગુણ સત્ત્વનો પ્રકાશ કરે છે, રજોગુણ રંગરૂપ ઉત્પન્ન કરે છે અને તમોગુણ બુદ્ધિનો નાશ કરે છે.

બુદ્ધિ—મૂળ પ્રકૃતિનો ચૈતન્ય સાથે યોગ થવાથી તેણે કાંઈ કાર્ય કરવાની ઇચ્છાવાળી બુદ્ધિ ઉત્પન્ન કરી.

અહંકાર—બુદ્ધિમાંથી અહંકાર ઉત્પન્ન થયો. અહંકારનાં ત્રણ સ્વરૂપ થયાં. ૧. સત્વગુણયુક્ત, ૨. રજોગુણયુક્ત અને ૩. તમોગુણયુક્ત.

મન—સત્વગુણયુક્ત અહંકારમાંથી “ મન ” ની જ્ઞાનેન્દ્રિય ઉત્પન્ન થઈ. મન પણ ત્રિગુણી છે:—

સત્વગુણી મનના ધર્મ—આરિતકપણું, ઉદારતા અથવા સમભાવ, ક્રોધરહિતપણું, સત્યવચન, બુદ્ધિ, ધૈર્ય, ક્ષમા, દયા, જ્ઞાન, સરલતા, અનિન્દિત અને ઇચ્છા વિનાનું કર્મ તથા આદર યુક્ત વિનય.

રજોગુણી મનના ધર્મ—ક્રોધ, બીજને મારવાની ઇચ્છા, સુખની અધિક ઇચ્છા, દંડો, ક્રમના, ભૂંડાં વચનો, અધૈર્ય, અહંકાર, અભિમાન, પ્રવાસની ઇચ્છા.

વૈદિક અભિપ્રાય અને અનુભવ.

Medical Advice & Experience.

ક્ષયરોગ—લાગુ પડવાનાં કારણો શોધી કઢાડી ને દૂર કરવા માટે ઈંગ્લંડની સરકારે એક બાદશાહી કમીશન નીમ્યું હતું. એ કમીશને તૈયાર કરેલા રીપોર્ટમાં એક એવી બલામણુ કરવામાં આવી છે કે, પરાંઓમાં જાહેર કસાઇખાનાંઓ બંધાવવાં અને એ ખાતાના ઇન્સ્પેક્ટરોએ તપાસ કરી કતલ કરવા માટે જે જનવરો મુકરર કર્યા હોય તે જનવરોના ઉપર ચોકસ નિશાનીઓ કરવી. પરાંઓમાં ખીજે ડેકાણેથી વેચાવા આવતાં માંસની પણ તપાસ કરાવવી. ગામડાઓમાં વેચાતાં માંસ ઉપર દેખરેખ રાખવાની કાઉન્ટી કાઉન્સિલો (પરગણાંઓની મંડળીઓ) ને ફરજ પાડવી. એ કમીશન વધુ એવી પણ સૂચના કરે છે કે:—

દૂધ મારફત ક્ષયના રોગનો ચેપ માણસોને લાગુ પડે છે. માટે ગાયો તથા બેંસોના સ્તનના (આંચળના) સઘળા રોગો વિષે સત્તાવાળાઓને ખબર આપવાને દૂધવાળા ગતવા, ગવલીઓ અને બરવાડોને કાયદાની રૂએ ફરજ પાડવી; તેમજ દૂધ મેળવવા અને તે વેચવાના સંબંધમાં ચોકસ ધારાઓ નક્કી કરવા. કમીશનના એ રિપોર્ટમાં ખીજ એક અગત્યની ખીના ઉપર બાર દહને બલામણુ કરવામાં આવી છે; તે એ કે, ગોવાળોને ક્ષય રોગ તોડવા માટેની “ યુનિવર્સલ ક્યુલીન ” નામની દવા એવી શરતે મફત પુરી પાડવી કે જે જનાવરો ઉપર એ દવાની અસર થાય તે જનાવરોને ખીજા જનાવરોથી અલગ રાખવાનું તેમના માલિકો માથે લે.

* * * * *

ધનુરવા અને જડખું ખીડાઇ જેવાં જવાના રોગનો ખાતરી પૂર્વક અને અસરકારક ઉપાય પારીસખાતેનાં જાણીતાં “ પાસ્ટ્યુર ઇન્સ્ટીટ્યુટ ” ના એક ઉસ્તાદ મોં રૂએ પોતાના મિત્રોની મદદથી શોધી કાઢેલો જણાવવામાં આવે છે. આ રોગનો ઉપાય કરવા માટે ચામડીની અંદર પીચકારી મારવા માટેની રસી જરમનોએ પ્રથમ બનાવી હતી, પણ ખારીક તપાસ લેતાં તે કશા ઉપયોગની જણાઇ નહિ હતી. મોં રૂએ પોતે કરેલા અખતરાઓ ઉપરથી તે એવા છેવટ ઉપર આવ્યો હતો કે ધનુરવા તોડનારી રસીની પીચકારી ચામડીના પડદાઓની અંદરથી લેખાં (મમજ) ને જઘ પહોંચે એવી રીતે મારવી કે જેથી ખુદ દરદના મથક સુધી જઘ પહોંચે. એ તર્કને આધારે તેણે જનાવરો ઉપર કેટલાક અખતરાઓ અ-

જામાવી જોયા, જેનું પરિણામ ધણું ફેલેલું ઉતરવાથી મોં ૦ રૂએ પા-
રીસના આગેવાન તખીએ સાથે પત્ર વ્યવહાર ચલવ્યો અને પોતે તૈયાર
કરેલી રસી એક દરદી ઉપર અજમાવી જોવાની તેમને બલામણુ કરી તે
ઉપરથી ગયા એપ્રિલ માસની તા. ૨૬ મીના રોજ ધનુરવાથી પીડાતા એક
દરદી ઉપર એ રસી અજમાવી જોવામાં આવી હતી. ડાક્ટર કવીનુ નામે
એક વિદ્વાન તખીએ એ દરદીના માથાની ખોપરી ખુલ્લી કરી જોઈ હતી
અને તે પછી મોં ૦ રૂએ પોતે તૈયાર કરેલી રસી બારીક ચામડીના પડ-
દાની અંદરથી બેજાંમાં દાખલ કરી હતી. એ દરદી હાલમાં તદ્દન સાજો
થયો છે. એ અખતરાને લગતી સઘળી વિગતવાર હકીકત ફ્રાન્સની “ એ-
કેડેમી ઓફ મેડિસિન ” નામની વિદ્વાન તખીઓની મંડળી આગળ રજુ
કરવામાં આવનાર છે.

* * * * *

ફોનોનો ઉપયોગ જુદા જુદા રોગ ઉપર ધણી સારી અસર કરતો
માલમ પડેલો છે. જુદાં જુદાં ફોનોમાં જુદી જુદી જાતની “ આસીડો ”
(ખટાણો) સમાયેલી છે. ફળ માંહેની “ આસીડ ” લોહીમાં મળતાં તે
માંહેના નકામાં પદાર્થોનાં તત્વોને છુટાં પાડી નાખે છે, અને તેથી ગુડદા
(મૂત્રાશય) મારફત તેવા પદાર્થો મોટા જથામાં બહાર નીકળી જાય છે.
ફોનોની એવી શક્તિને લીધે સધિવા, નજલો, રેતી અથવા પથરી વગેરે
દરદોમાં તે ફોનો ધણું ગુણુકારી થઈ પડે છે. સંભાળ બરેલી રીતે ફોનો-
ના ખોરાક ઉપર નિર્વાહ કરવાથી અતિશય જાડું થઈ ગયેલું શરીર ધણું
સુધરે છે. ફળ માણસનો કુદરતી ખોરાક હોવાને લીધે અચળજ જોવા
ફેરફારથી તે ખોરાક માંસના રેસાઓને તેમની અસલ સ્થિતિમાં લાવી
મેલવાની શક્તિ ધરાવે છે. વળી પુખ્તી આપનારાં તત્વોને સગવડ બરેલી
રીતે ઠેકાણે પાડવાને ઉત્તમ ગુણુ તેઓમાં સમાયેલો છે, અને તે પશુ શ-
રીરના બાંધા ઉપર અજાયબ જેવી અસર કરવાને કામે લાગે છે.

સફરજંદ (ફળ) છોકટાપણાના ઉપર બહુજ સારી અસર કરતું
માલમ પડેલું જણાવવામાં આવે છે અતિશય દારૂ પીવાના વ્યસનને અને
તે વ્યસનથી થયેલી શરીરની ખરાબીને દૂર કરવાનો સહેલો અને અસર
કારક ઉપાય શોધી કાઢવાનો એક જરમન ડાક્ટર દાવો કરે છે. એ ઉપાય
જેવો સહેલો છે, એટલોજ મન ગમતો છે, અને તે “ સફરજંદ ”
છે. એ ડાક્ટરના મત પ્રમાણે જમવાની દરેક વેળાએ સારા સફર
જંદ ખાવાથી ગમે એવો દારૂડીઓ એ ખુરી ટેવમાંથી છુટી શકે છે. તે-
જણાવે છે કે “ સફરજંદ ” માં એવા ગુણો સમાયેલા છે કે, જેને લીધે દારૂની-

ને ઇચ્છા અને તલજ થાય છે તે સફરજનંદ ખાવાથી સમૂળી મટી જાય છે. એ ડાક્ટરના અભિપ્રાય પ્રમાણે સફરજનંદમાં એવો ગુણ હોય તો અમો એ-જરમન તપીએ તો તેમણે કરેલી શોધને માટે બારે મહોટો ઉપકાર માનીએ છીએ, અને દારૂના વ્યસનમાંથી મુક્ત થવાને ઇચ્છા રાખનારા દારૂડીઆ-ઓને આ શોધને અનુભવ લેવાની અમો ભલામણ કરીએ છીએ.

મરડી-વગેરે એવી રોગોના ઉડતા જંતુઓને દૂર રાખવાનો એક સહેલો અને સસ્તો ઉપાય છે. દેશી વૈદ્યક શાસ્ત્રમાં એ વસ્તુને માટે ઘણી ભલામણ કરવામાં આવેલી છે, અને અમે અમારા આ ચોપાનિયામાં એક કરતાં વધારે વખત એ વિષય પર સૂચના કરેલી છે. પણ દેશી વૈદ્યક શાસ્ત્રના ઉત્તમ ઉપાયો ઉપર અવિશ્વાસની નજરથી જોનારા અને વિદેશી વૈદ્યાંપરજ દિવાના થયેલા અમારા દેશી ભાઈઓના વિશ્વાસને માટે અમો જણાવીએ છીએ કે, એક વિદેશી ડાક્ટર પોતાનો અનુભવ જાહેર કરે છે કે, “તેલ” માં જંતુઓને નાશ કરવાનો અને ઉડતા જંતુઓને શરીરના સંપર્કથી દૂર રાખવાનો ઘણોજ સહેલો અને સરસ ઉપાય માલમ પડેલો છે. હવામાં નિરંતર ઉડતાં ઝેરી તત્વો અથવા ઝેરી જંતુઓ શરીરના સંપર્કમાં આવીને શરીરની ત્વચાને તેમજ અંદર પ્રવેશ કર્યા પછી અંદરનાં મર્મ સ્થાનોમાં નિરંતર વિકાર ઉત્પન્ન કર્યા કરે છે, અને તેથી એવાં ઝેરી તત્વો કે ઝેરી જંતુઓમાંથી શરીરનું રક્ષણ કરવાના ઉપાય તરીકે કોઈ વસ્તુની નિરંતર સહાયતા લેવાની જરૂર છે. “તેલ” તેને માટે સર્વોત્તમ વસ્તુ માલમ પડેલ છે. વૈદ્યકશાસ્ત્રે ‘તૈલાભ્યંગ’ એટલે શરીર પર તેલ ચોળવાના નિત્યના અભ્યાસને માણસોની દિનચર્યામાં દાખલ કરેલ છે. આ તૈલમાં કેટલીક સુગંધી વસ્તુઓ મેળવવાથી તે વિશેષ ગુણકારી થઈ શકે છે, અને અમોએ એવાજ હેતુથી તૈયાર કરેલું “અભ્યંગ” એ હેતુ સારી રીતે પાર પડવાને ફતેહમંદ નીવડેલું છે. આ અમારું “અભ્યંગ” મરડી કાઢેરા, અને બીજા ઉડતા રોગોને દૂર રાખવાના સર્વોત્તમ ઉપાય તરીકે સિદ્ધ થયેલું છે. આ વાતને અતુમોદન મજે એવો અભિપ્રાય દાલ-માં એક વિદ્વાન ડાક્ટર તરફથી બહાર પડેલો છે. એ ડાક્ટર જણાવે છે કે, “તેલ” જંતુઓને મારીનાખે છે. અને ઉડતાં ઝેરી તત્વો કે જંતુઓને શરીરથી દૂર રાખે છે. મરડીના વખતમાં ધાંચી લોકો અથવા તેલ પીલવા વાળો તેલીઓ વર્ગ એ રોગથી મુક્ત રહેલો જોવામાં આવેલો છે.” આ ઉપરથી એ ડાક્ટર તેલનું “અભ્યંગ” શરીરે ચોળવાની ભલામણ કરે છે. અમોને આ વાત નવી નથી લાગતી.

પ્રાચીન આર્ય લોકોના વૈદ્યકશાસ્ત્રમાં આ વાત હજારો વર્ષ પહેલાં થી નોંધાયેલી છે. વિદેશી શોધો અને વિદેશી વસ્તુઓના મોહમાં દસા-યેલા ફિસીયારી ખેરદેશીઓના દિલમાં દેશી બઝામણુ ઠસતી નથી. એવાજ એક તેલને વિલાયતના લોકો નવા શોધ તરીકે બબકાદાર શીશીઓમાં ભરી આ દેશમાં મોકલી દેશે, ત્યારે ફેશનના ફંદમાં દસાયેલા બિચારા દેશી જુવાનીઆઓ તેવી બબકાદાર શીશીઓ પર તુટી પડી ખીસાં ખાલી કરશે ! અમારું “તૈલાબ્યંગ” નિત્ય શરીરે ચોળવાની અમો દરેક માણસને બલામણુ કરીએ છીએ, અને મરકીના વખતમાં તો એ પાપી ઉડતા રોગના હુથલામાંથી બચવાના ઉપાય (Preventive) તરીકે વાપરવાની અમો ખાસ બલામણુ કરીએ છીએ. આ અમારા તૈલાબ્યંગમાં આ એકજ ગુણુ નથી, અને તેથી માત્ર એટલુંજ લખવું બસ થશે કે વધારે વિગત માટે અમારી દવાશાળાની લોક પ્રિય દવાઓનાં સુચી પત્રો મંગાવી વાંચવાં અથવા તેલની એક શીશી મંગાવી વાપરી અનુભવ લઈ ખાત્રી કરવી.

ખીડી પીનારાઓને ઉપયોગી સૂચના.

આ દેશના જુવાનીઆઓમાં ખીડી પીવાનો ચડસ દિન પ્રતિદિન વધતો જાય છે, અને નાની ઉમરના છોકરાઓ પણ એ ખરાબ વ્યસનના ભોગ થઈ પડતા નજરે પડે છે. ખીડી કોણે પીવી, ક્યારે પીવી અને કેવી રીતે પીવી, તેનું પણ કશું ધોરણુ જોવામાં આવતું નથી. આમ ધોરણુ વિના ખીડી પીવાનો પવન વધવાથી પરિણામે હાનિજ છે અને લાભ કરો પણ હોય એમ કહી શકાતું નથી.

તંબાકુ પીવા માટે માણુસોએ જુદાં જુદાં સાધનો શોધી કાઢ્યાં છે. હુક્કા, ચલમ, નળીઓ અને ખીડીઓ, એ સર્વ તંબાકુ પીવાનાં સાધનો છે. મહેનત, શ્રમ, અને ખર્ચનો બચાવ કરવા માટે માણુસોએ હુક્કા મૂકીને ચલમો લીધી, ચલમો મુકીને નળીઓ શોધી કહાડી અને એમાં પણ પડતી અમલગ અને ખટપટનો બચાવ કરવા સારૂ પાંદડાંની વાળેલી ખીડીઓ પીવાની સૌથી સહેલી રીત પસંદ કરી, પણ એવા સહેલા ઉપાયો શોધી શ્રમનો અને ખર્ચનો બચાવ કરવા જતાં તેમણે પોતાના શરીરને થતી હાનિ કે લાભનો વિચાર બાજુ પર રાખી દીધો.

તંબાકુ પીવાથી જે કાંઈ પણ લાભ હોય તો તે હુક્કા મારફત પીવાથી લાભ છે અને તેનાથી જે બારે હાનિ થાય છે તે હુક્કા માર-

ફ્રન પીવાથી ઘણી થોડી થાય છે ! આપણા દેશમાં વિશેષ કરીને સર્વત્ર હુક્કા પીવાનો જ ચાલ હોતો અને હજુ પણ ગામડાઓમાં વિશેષ કરીને હુક્કા પીવાનો રીવાજ કાયમ રહેલો છે. આ દેશના પાટીદારો, કણબીઓ, ગરાશીઓ, અને તેમના સહવાસમાં આવનારી બીજી હલકી જાતમાં પણ હુક્કા પીવાનો ચાલ વિશેષ જોવામાં આવે છે. જે ખરાબી થતી ચાલી છે તે શહેરોમાં થઈ છે. શહેરોમાં બ્રાહ્મણ, વાણીયા જેવી ઉંચી જાતના લોકોમાં પણ તંબાકુ પીવાનું વ્યસન વધવા માંડ્યું છે, અને સર્વ પ્રકારની નાણુકાઈની સાથે તંબાકુ પીવામાં પણ તેમણે પસંદ કરેલી નાણુકાઈએ તેમની ખરાબી કરવા માંડી છે. તંબાકુ પીવાની જે હલકામાં હલકી અને વિશેષ હાનિ કરનારી બીડીની રીત તે શહેરોમાં પ્રસરી છે.

હાલમાં તંબાકુ પીનારી દુનિયામાંના કેટલાક અનુભવીઓ પોતાનો જોવો અનુભવ જાહેર કરે છે કે તંબાકુ પીવાની સૌથી સારી અને ફાયદેમંદ રીત હુકકો પીવાની છે, અને તેથી સુખરેલી દુનિયામાં પણ હવે ફેશનેબલ સીગારેટો અને પાઇપો (નળીયો) ને છોડી દઈને હુક્કા પીવાનું પસંદ કરવા માંડ્યું છે.

તંબાકુ પીવાના સંબંધમાં કેટલીક ઉપયોગી સુચનાઓ એક જરમન તબીબે એક વૈદક ચોપાનિયામાં પ્રગટ કરેલી છે, જેનો કેટલોક સાર અમે નીચે આપીએ છીએ. તંબાકુ પીનારાઓનાં મોઢાં, દાંત, હોજરી, ફેફસાં, હૃદય અને ચામડીની ઘણાં વરસ સુધી તપાસ ચલવી મેળવેલા અનુભવ ઉપરથી તે ડાક્ટર જણાવે છે કે:—

નાસ્તો કર્યા પહેલાં અથવા હોજરી ખાલી હોય તે વેળાએ કદિપણ બીડી પીવી નહિ. નાચતાં નાચતાં કે દોડતાં દોડતાં, સાઈકલ ઉપર સ્વારી કરતાં કરતાં, પહાડપર ચડતાં ચડતાં, હલેસાં મારતાં, કે થાક લાગે એવી કાંઈ પણ કસરત કે કામ કરતી વેળાએ કોઈએ પણ બીડી પીવી નહિ. ફ્રેન્ચો અને રશિયન લોકોને નાકવાટે બીડીનો ધુમાડો કાઢવાની ભુંડી ટેવ પડેલી છે, પણ નાકવાટે ધુમાડો અંદર લેવાથી કે બહાર કાઢવાથી ઘણી હાનિ છે. બીડીનો ધુમાડો જેમ નાક આગળથી દૂર રાખવો તેમ આંખ આગળથી પણ દૂર રાખવો. તંબાકુ પીવાની નળી ટુંકી કરતાં જેમ લાંબી હોય તેમ વધારે સારું; તંબાકુ પીવા માટે લાંબી નળીનો ઉપયોગ બહુ લાભકારક થઈ પડે છે. બીડીનો ચાર પંચમંડિશ (૫) જેટલો ભાગ

બળી રહ્યા પછી વધારે વખત તે બીડી નહિ ખીતાં ફેંકી દેવી, બીડી પીનારાઓએ એક પ્યાલા પાણીમાં એક ચમચો ભરી મીઠું નાખી તે વડે પોતાનું મોઢું સાફ કરવું અને રાત્રે એ પાણીવડે કોગળા કરવા તેમજ દાંત વચ્ચેના સઘળા ખાડાઓ તે પાણીથી બરાબર સાફ કરવાની સંભાળ લેવી.

ઇંગ્લંડ દેશમાં નાનાં નાનાં છોકરાંઓ સીગારેટ બીડી પીવાની લતમાં ફસાઇ પડેલાં છે, અને તે વિષે એ દેશમાં જ્યાં ત્યાં ચર્ચા ચાલે છે. એ દુષ્ટ વ્યસન વિષે વૈદ્યક મંડળ વિચારો ચલે છે અને બીડીથી શી ખરાબી થાય છે તેની અજમાયેશ થવા લાગી છે. “જરવીસ એસ બ્રાઇટ” કરીને એક વિદ્વાન ડાક્ટર એક બીડીના વ્યસનીનો આશ્ચર્યકારક દાખલો આપે છે, જે દાખલો અત્રે ટાંકી લઈ આ દેશના અમારા બીડીના ચુસ્ત ઉપાસકોનું તે તરફ લક્ષ બેંચવામાં આવે છે. ડાક્ટર જરવીસ જણાવે છે કે:—

“ મારા હાથમાં એક એવો કેસ આવ્યો હતો કે, જેમાં વધારે બીડી પીવાથી હાડકાં ઘણાંજ નબળાં પડી જઈને એક અઢાર વરસના જવાનનું બીડીના વ્યસન થીજ મૃત્યુ નીપજ્યું હતું. એ જુવાન અકસ્માત પડી ગયો અને તેથી તેની જાંગનું હાડકું વચ્ચેમાંથી ભાગી ગયું. તપાસ કરતાં તે જુવાન માણસનાં હાડકાં ઘણાં નબળાં અને વાંકાં ચૂંકાં થઈ ગયેલાં માલમ પડ્યાં. તે છોકરાના બાપે જણાવ્યું કે “તેનો દીકરો સદા નખજો અને રોગી છે. તેને પ્રસંગે પ્રસંગે વાઈ (ફેફસું) આવેછે તેથી તેના હાડકાં નબળાં છે.” ઉપર લખી સમ્પત ઇંગ્લેન્ડ થવાને લીધે તે છોકરાને ઑસ્ટ્રેલિયામાં દાખલ કરવામાં આવ્યો હતો. હાસપીતાલમાં લઈ ગયા પછી વધુ તપાસ ચલાવતાં માલમ પડ્યું કે તે જુવાન જમરો બીડી પીનાર હતો. તેને બીડી પીવાનું બંધ કરતાં તેની હાલત સુધરી ગઈ અને હાડકાંને નુકશાન થતું અટક્યું. સારો થયા બાદ ઇન્ડિયામાંથી છુટો થયા પછી તે જુવાને ફરી બીડી પીવાનું શરૂ કર્યું, અને તેથી ફરી પાછો લથડી ગયો. તથા તેનાં હાડકાંને ફરી બે વાર નુકશાન થયું. ત્યાર પછી થોડાજ વખતમાં ફેફસાંના દરદથી મરણ પામ્યો”.

ઉંઘ લાવવા-વિષે વૈદ્યક અભિપ્રાયો.

કુદરતની સર્વ કીમતી દવાઓમાં ઉંઘ સર્વથી કીમતી દવા છે, પણ તે

ઉંધ મેળવવી શી રીતે તે થોડાઓજ સમજી શકે છે. અમેરિકાખંડમાં કે-
નેડા દેશના મોન્ટ્રીયલ શહેરની “ચિટિથ મેડિકલ એસોસિએશન” નામની
વૈદક મંડળીની એક સભામાં એ વિષય ઉપર થોડા વખત પર જાણુવા
ભેગ તકરાર ચાલી હતી અને ધણી ઉપયોગી સૂચનાઓ થઇ હતી. વૈદક
મંડળો તરફથી આપવામાં આવતા આવા અભિપ્રાયો ખાસ અગત્યતા
ધરાવે છે, અને જાહેર લોકોએ એ વાતપર પૂરતું ધ્યાન આપવાની જરૂર
છે, તે કહેવાની કાંઈ જરૂર નથી.

૧ એ સભામાંના એક ડૉક્ટર કહાકે એવો અભિપ્રાય આપ્યો હતો
કે “શરવાતમાં કામ ચલાવે ઉપાય તરીકે જો કે ચોક્કસ દવાઓ ઉંધ
લાવવા સારૂ કામે લાગી શકે છે, તેમ છતાં જો તે દવાઓ તરતજ અ-
સર ન કરે તો તેવી દવા વાપરવી એકદમ બંધ કરવી જોઈએ. જો એવી
વખતે દવા ચાલુ રાખવામાં આવે તો તેથી ગેરલાભ અથવા નુકસાન થવા
વગર રહેતું નથી. ધણીક વખત દવા વિના સાદા ઇલાજોથી ઉંધ લાવી
શકાય છે અને તે ઇલાજોમાં “અંપી” મુખ્ય છે.

૨ “ગરમ પાણીએ નહાવાનો ઇલાજ પણ ધણી ઉપયોગી છે અને
ધણીક વખત તે અસરકારક થઈ પડે છે. ધણી ઉશ્કેરાયેલી હાલતમાં ગરમ
પાણીમાં ખેસવાથી તરતજ ઉંધ આવવાના દાખલા બનેલા છે.”

૩ એક બીજો તબીબ કહે છે કે, “ઉંધ વિના પીડાતો એક દરદી
ખુદી હવામાં ઝાડો નીચે બુલતા હોંચકામાં કે ઝોળીમાં તરતજ ઉંધી શક્યો
હતો અને જરા પણ દવા દારૂ વિના એવા ધણીએક દરદીઓને હું ઉં-
ધમાં નાંખી શક્યો હતો.”

૪ કેટલીક વખતે સુતી વેળાએ ગરમ દુધ પીવાથી જોઈતી ઉંધ આ-
વી શકે છે.

૫ કેટલાંક દરદીને લીધે ઉંધ નથી આવતી, પણ ધણી વખત
તો ઉંધ નહિ આવવાનાં કારણો ધણાં સાધારણ હોય છે. ધંધાની વધ-
તી જતી ધાંધલ અને તેને અંગે રહેતી ધણી પ્રકારની ચિંતાઓ ઉંધને
નાશ કરે છે. આવા ધંધાદારી માણસો રાતે સુવા જતી વખત પણ પ-
થારીમાં પડ્યા પડ્યા પોતાના ધંધાના વિચારો ચલવ્યા કરે છે, અને તેથી
તેવા માણસોને ઉંધ નહિ આવે એમાં આશ્ચર્ય નથી. સુવા જતી વખત
દિવસની જાગ્રત કે કામકાજનો કશો વિચાર કર્યા વિના પથારીમાં સુઈ
જવાથી તુરંત ઉંધ આવી શકે છે. પણ જાડું પ્રવૃત્તિવાળા માણસોને મિઝા-

નામાં પોતાના કામકાજનો વિચાર આવ્યા વિના રહેતો નથી, અને તેથી તેમની ઉધને ખસેલ પહેાંચ્યા વિના પણ રહેતી નથી. એવા લોકોને સુતી વખત ગરમ દુધ પીવાથી ફાયદો થાય છે.

૬ ગ્લાસગો શહેરનો જાણીતો તબીબ મેકફારલેન કહે છે કે “હમેશના વખતથી વહેલા સુવા જવાના કરતાં નિયમસર સુવાની ટેવ પાડેલી ધણી ઉપયોગી છે. ઉંધ લાવવા માટે દવા દાડનાં ઇલાજો અજમાવવાથી બનતાં સુધી દુર રહી ઉપલા સાદા ઉપાયો અજમાવવા ઉપર પ્રથમ ખાસ ધ્યાન આપવું જોઈએ. બીજાં કોઈ દરદને લીધે ઉંધ નથી આવતી એવું જણાય તોજ બીજા ઉપાયો કામે લગાડવા અને તે તે ધંધો કરનારા નિદાન ડાક્ટરોની સલાહ લઇને કરવા.”

લાંબી જીંદગીનાં મનુષ્યો.

Instances of Long Life.

નામ.	ઉંમર.	જાણવાજોગ હકીકત.
કુગના—	૩૭૦—	આ માણસ બંગાળા ઇલાકાનો નિવાસી હતો. તે સાદો અને શાંત સ્વભાવનો માણસ હતો. જો કે તદ્દન અબણ હતો, તોપણ તેની યાદ શક્તિ એવી તો પ્રબળ હતી કે બે અઢી સદી એટલે બસો વરસ પહેલાં બનેલા બનાવોનું ખારીક રીતે વર્ણન કરી શકતો હતો. તેણે પોતાની આ ૩૭૦ વરસની અસાધારણ લાંબી જીંદગીમાં ધણી સ્ત્રીઓ જોડે વિવાહ કર્યા હતા, અને વળી એવું પણ જણાવવામાં આવે છે કે, તેના માથાના તથા દાઢીના વાળ કાળામાંથી કાબરચિત્રા અને કાબરચિત્રામાંથી ફરી કાળા એમ વારંવાર બદલાયા હતા. મરણ ૧૫૫૬.
પિટર ઝોકરૂન—	૧૮૩—	તે એક ફ્રેન્ચ બેડુ હતો. મરણ ૧૭૨૪.
ચુકચો મિયા—	૧૭૫—	આ દક્ષિણ આફ્રિકાની સીદણ હતી. ઇતિહાસ કાર કહે છે કે તેણે તેણીને ૧૭૮૦ ના વરસમાં ૧૭૫ વરસની વયે જોઈ હતી ત્યારે તે એવી તો તનદુરસ્ત હાલતમાં હતી કે તે હજુ કેટલાંક વધા-

રે વરસ સુધી જીવશે એમ જણાયું હતું.

રેવીન— ૧૭૪ } તે બન્ને ફ્રાન્સના તુનીરવો ગામમાં રહેતાં હતાં. તે-
રેવીનની સ્ત્રી-૧૬૪ } મળે લગ્ન કર્યા પછી ૧૪૭ વરસની લાંબી મુદત
સુધીમાં કાંઈક પણ કુસંપ કે કજીયો ટંટા કર્યા વિ-
ના તેમણે પોતાની જીંદગી સુખશાંતિમાં ગુજરી હ-
તી. જ્યારે એ બન્ને મરી ગયાં ત્યારે તેઓ પોતા-
ની પાછળ ત્રણ બેટાબેટીઓ મુકી ગયાં હતાં, જે-
ઓમાંના સૌથી નાનાની વય ૧૧૬ વરસની હતી.
(ઇ. સ. ૧૭૩૦).

હૈનરી જેકોન્સન-૧૬૯-તે ઇંગ્લંડના ચોર્ક શાયર પરગણાનો હતો. એક વે-
ળા તેણે ૧૪૦ વરસની વાત ઉપર બનેલા બનાવની
કોર્ટમાં સાક્ષી આપી હતી. તેની હયાતી દરમીયાન
ઇંગ્લંડની ત્રણ રાણીઓ તથા એક રાજાને ગરદન
મારવામાં આવ્યાં હતાં, એક સ્પેનિશ તથા એક
સ્કોટિશ રાજાને ઇંગ્લંડની ગાદીએ બેસાડવામાં આ-
વ્યા હતા તથા કોડીબંધ બળવાઓ અને હુલ્લો
ચલાયું હતું. મરણ ૧૬૭૦.

લોડીએકટન— ૧૩૭—તે એક અંગ્રેજ સ્ત્રી હતી. તે એક નમ્ર સ્વભાવ-
ની સ્ત્રી હતી. તે જોન્હ ફ્રાન્સીસ એડવર્ડ એકટન-
ની વિધવા અને લૉર્ડ એકટનની દાદી હતી. મર-
ણ. ૧૮૭૩.



ચાલુ ચર્ચા.

Notes & News.

૧. સરદાર નાતુનાં સ્ત્રી શ્રીમતી લક્ષ્મીબાઈ વાળી અરજી અંતે સર
વિશ્વનાથ ધૈરજીને આમની સભામાં રજુ કરી છે.

૨. દેશમાં યુરોપિયન ગોરા લોકોને હાથે દેશીઓનાં વારંવાર ખુનો
ચાય છે, તે બાબત વર્તમાન પત્રોમાં આજઠાત્ર ભારે મ્હોટી ચર્ચા થયે
માંડી છે.

૩. પુનાવાળા ઑનરેબલ મિ. તિલકને છોડવા માટે ડૉક્ટર મેક્સ-મ્યુલર વગેરે કેટલાક વગવાળા ગૃહસ્થોની સહી વાળી અરજી નામદાર મહારાષ્ટ્રીની હબ્બુરમાં મોકલવામાં આવી છે.

૪. મિ. તીલક અને નાતુભાઈઓના સંબંધમાં આ દેશનાં એંગલો-ઇન્ડિયન પેપરોએ બહુ બકારો કઢવા માંડ્યો હતો, તેમાં તેઓ પાછા પડવાથી અને ખરી વાત અજવાળામાં આવવાથી તેઓ હવે એવાં ખસીયાણાં પડી ગયાં છે કે હવે એ સંબંધમાં એક અક્ષર પણ ઉચ્ચારતાં નથી. પણ તેને બદલે હવે એક બે દેશીઓનાં દેશી પત્રો દેશીપેપરોનાં લખાણોને મારી મચડી રાજ્ય દ્રોહના ગુન્હામાં લાવવાનો નીચ પ્રયત્ન આદરી બેઠાં છે. એ વિષયપર પણ ન્યુસપેપરોમાં બારે ચરચા થવા લાગી છે.

૫. ઇંગ્લંડના માજી પ્રધાન સ્વર્ગવાસી મિ. ગ્લાડસ્ટનના અપૂર્વ ગુણોની આજકાલ ત્યારે પ્રશંસા થવા લાગી છે. તેમની હયાતીમાં તેમના જે પ્રતિપક્ષીઓ તેની વિરુદ્ધ બોલતા હતા તેઓ પણ મિ. ગ્લાડસ્ટનની પાછળ તેનાં એક અવાજે વખાણ કરે છે. એવું કહેવાય છે કે આ પૃથ્વીએ મિ. ગ્લાડસ્ટન જેવા થોડાજ મહાન અને મહાત્મા પુરુષોને જન્મ આપ્યો છે.

૬. સ્પેન અને અમેરિકાની લડાઈ જોલાં ખાય છે. “એક ઘાને બે કટકા” ની લોકોએ રાખેલી ધારણા ખોટી પડી છે, અને અમેરિકન તથા સ્પેનિશ દરીઆઈ કાફલાઓ દરીઆમાં શું ગોથાં મારે છે તે વિષે કોઈપણ ચોકસ ખરા સમાચાર બહાર પડતા નથી. છેલ્લા ખબર મુજબ જણાય છે કે અમેરિકન લશ્કરનાં ૨૦૦૦) માણસો ક્યુબા બેટને કિનારે ઉતરી પડ્યા છે. એવું કહેવાય છે કે રોમનો વડો ધર્મ ગુરુ “ પોપ ” વચમાં પડી સલાહ કરવાના સંદેશા ચલવે છે.

૭. આ દેશની નાણાં સંબંધી કઢંગી સ્થિતિ અને નાણાંના ચલણ બાબતનો સવાલ બહુ ચર્ચાય છે, અને તેને માટે તપાસ કરી રિપોર્ટ કરવા ઇંગ્લંડમાં કમીટી નીમવામાં આવેલી છે. આ રિપોર્ટ આ દેશને કાંઈપણ સંતાપ કારક રીતે બહાર પડે એવી દેશી લોકો આશા રાખતા નથી, કેમકે આ દેશની સ્થિતિ સંબંધી ખરી ખબરો ઇંગ્લંડની પ્રજાના ખ્યાલપર આવી શકતી નથી.

૮. વડોદરા તાજાના પીલવાઈ ગામના ગરાશીઆ લોકોએ મચાવેલ હુલ્લડ અને ગાયકવાડ રાજ્યના સત્તાવાળાઓએ લશ્કરી બળથી તોપનો મારો ચડતી તેમને માર્યા તથા પકડ્યા અને તેમ કરતા ગામનાં ઘરો,

માણસો, જનાવરો અને યોગ્યેક દેવસ્થાનોનો નાશ થયેલો નેજાવત. પેપ-
જમાં આવ નવી ખખરો બહાર પડવા લાગી છે, અને ગાયકવાડી સત્તાવાળા
એની સામે આ બાબતમાં સખ્ત ટીકા સાથે તે બનાવ તરફ નામદાર
સરકારનું ધ્યાન ખેંચવાની બક્ષામળો થવા લાગી છે. આ હુલ્લડમાં કેટલા
જીવની ખુવારી થઇ અને તેમાં કયા પક્ષની કસુર થયેલી છે, તે વિષે ખરી
વાત અજવાળામાં મુકવામાં આવી નથી.

૯. ચીનમાં અંગ્રેજ સરકાર તામેના હોંગકોંગમાં પાછી “ કાળી મ
રકી ” આગળ કરતાં વધારે જોરમાં ફાટી નીકળી છે. મુંબઈમાં મરકી
હાલ તો લગભગ નામુદ થયેલી છે, અને અવારનવાર થોડા કેસો બને છે.
પણ આવતું વરસ કેવું નીવડશે તેને માટે મુંબઈ નગરના લોકો ભારે ઇ
ન્ટેન્સર અને ચિંતા તુર છે.

૧૦. ચોમાસાના વરસાદ વિષે સરકારના વાયુશાસ્ત્રીએ જે ભવિષ્ય
કહ્યું હતું તે ભવિષ્ય મુંબઈ ઇલાકાને માટે અથવા પશ્ચિમ હિંદુસ્તાનને
માટે વધારે ચિંતા ઉપજાવનારું થઇ પડ્યું હતું, અને હવે તે ભવિષ્ય
ખરું પડે એવાં ચિન્હો જણાવા માંડ્યાં છે. આ ઇલાકામાં આરંભમાં
માંડમાંડ વાવેતર થાય એટલો વરસાદ વરસ્યા પછી આકાશ ખુલ્લું થઇ
ગયું છે, અને પવન ધુકે છે. હવે જે દિવસો બન્ય છે તે ચિંતા ઉપજા-
વનારા થઇ પડ્યા છે અને હુકાળમાં અધિક માસ બનવા જેવો બન
રાખવામાં આવે છે. ઇલાકાના બધા ભાગોમાંથી વરસાદના ચિંતા ભરેલા
ખખરો આપવામાં આવે છે. આ દેશની ગરીબ પ્રજા પર હવે તો ઇશ્વરે
દયા કરવી ઘટે છે.

૧૧ આ દેશમાં મરકી ક્યાંથી હાખલ થઇ તે વિષે મુંબઈ ઇલાકાના
આરોગ્યખાતાના ગયા વર્ષના રિપોર્ટ ઉપરથી કેટલીક જણવા જોગ વિગતો
આપણને મળી શકે છે. મુંબઈની મરકીનો જન્મ મુંબઈમાં જ નહોતો થયો
પણ તે કોઇ બહારના દેશમાંથી આવી હતી. તેને માટે ત્રણ ટેકાણાની શંકા
રાખવામાં આવે છે. ચીનનું અંગ્રેજ બંદર “ હોંગ કોંગ,” હિમાલય તર-
ફનો “ ધરવાલ ” નામનો જીલ્લો અને ઇરાની અખાત અને રાતા સમુદ્રના
કિનારાના દેશો. આ બધાં સ્થળોને મરકીનાં જથ્થાનાં ધામ જણાવવામાં
આવે છે, અને આગલાં બે સ્થળો કરતાં ત્રીજાં સ્થળમાંથી મરકી મુંબ-
ઈમાં આવ્યાનો સંભવ વિશેષ જણાવવામાં આવે છે.

ખેદ કારક મૃત્યુ.

અમારા પરમ પ્રજ્ય વૈદરાજ ઝંડુભટ્ટના સ્વર્ગવાસ પછી થોડે દિવસે એમના કુટુંબમાં બનેલા એક બીજા સંતાપકરક બનાવની અત્રે નોંધ લેતાં અમેને બારે દક્ષીણી પેદા થાય છે. વૈદરાજ ઝંડુભટ્ટના ભાઈ વૈદરાજ જટાશંકરભાઈનો એકનો એક પુત્ર મિ. ચંદુલાલ જુવાન વયમાં માત્ર બે ત્રણ દિવસના જવરમાં ગુજરી ગયાથી વૈદરાજના કુટુંબને નહિ ઘટે એવા અ-ને નહિ સદન થઈ શકે એવા જખમ લાગેલા છે. આ દુઃખદાયક બનાવ માટે વૈદરાજ જટાશંકર ભાઈ અને તેમના કુટુંબના આ બેવડા શોકમાં અમે અંતઃકરુણથી ભાગ લઈએ છીએ.

“ધી ઈન્ડિયન યુનિવર્સિટી મ્યુચ્યુઅલ લાઇફ એન્ડ્યુરન્સ ફંડ લીમિટેડ, ભરૂચ.”

આ ઇન્ડિયની વીમા કંપની ભરૂચમાં સારા પ્રતિષ્ઠિત ગૃહ-સ્થાની મેનેજમેન્ટ તળે ઉભી થયેલી છે. આ કંપનીમાં વીમો દત્તરાયનાથ પહેલા વર્ગના મેંબરોને વધારેમાં વધારે ચાર લક્ષર-નો અને બીજા વર્ગના મેંબરોને બે લક્ષરનો લાભ મળી શકે છે. મેંબર થવાની દ્રષ્ટિ રાખનારાઓએ ભરૂચમાં એ કંપનીના મે-નેજર અને એક્ઝેક્યુટીવ મિ. મગનલાલ તારાચંદ શાહ માથે પત્ર વ્યવહાર કરવું; અને અમદાવાદમાં રિચિરોડ ઉપરની ગુજરાત આર્ય ઔપચારિકાના વૈદરાજ જટાશંકર લીલાવરને લખવાથી કે મત્રવાથી કંપનીના ધારથી વાકેફ કરવામાં આવશે. ઉમર અને વર્ગના પ્રમાણમાં ઓછામાં ઓછા રૂ. ૩ અને વધારેમાં વધારે રૂ. ૨૨ વાર્ષિક ફી ભરવાથી હરકેઈ માણસ આ કંપનીના મેં-બર થઈ શકે છે.

પ્રસંચર્ય.

તૈયાર છે. ગ્રાહકોએ લવાજમનો રૂ. ૧૧ તથા પોસ્ટેજનો અરધો આ-
નો, તેના દીકરીટા મોકલી મંગાવી લેવું.

દરેક કુટુંબ અને ઘરમાં આ પુસ્તક વંચાવવાની જરૂર છે.

ચરક—સુશ્રુત.

વૈદ્યવિદ્યાના આ બે આદિ અને સર્વોપરી મહાન્ત્રાંથોનાં મૂળ સાથે
ગુજરાતી ભાષામાં ભાષાન્તરો પ્રગટ કરવાનો કેટલોક સમય થયાં અમામ
તરફથી યત્ન ચાલે છે. સુશ્રુતનું ભાષાન્તર “વૈદ્યકદ્વયતર” ચોપાનિયામાં બે
વર્ષ થયા છપાતું હતું. પણ તેને જીલ્લા ગ્રંથના આકારમાં છપાવવાનો પ્રયત્ન
ચાલતો હોવાથી હવેથી તેમાં છપાતુ બંધ કર્યું છે; અને “ચરક સંહિતા”
ને ગ્રંથના આકારમાં છપાવવાનો અમારા તરફથી આરંભ થયો છે.

ઘરવૈદ્ય.

ગુજરાતી ભાષામાં આજ સુધીમાં છપાવેલા વૈદ્યકના
ગ્રંથોમાં સર્વથી ઉપયોગી તેમજ સર્વથી સસ્તો ગ્રંથ
તૈયાર થાય છે—છપાય છે.

કદ રૌચલ ૫૦૦ પૃષ્ઠ—કિંમત માત્ર રૂ. ૧૧ પોસ્ટેજ જીલ્લો.

દરેક ઘરમાં ક્ષણે ક્ષણે ઉપયોગી થઇ પડે એવી બાબતો અને ઉપા-
યોનો અપૂર્વ સંગ્રહ આ ગ્રંથમાં કરવામાં આવેલો છે.

વૈદ્યકના ગ્રંથો અને દરદોના ઉપાયો એટલે દવાઓ સામાન્ય તેમજ
ગરીબ વર્ગના લોકોને માટે આજકાલ ભારે મોંઘી થઈ પડેલ છે અને તેથી
તે લોકો વૈદ્યકના જ્ઞાનથી તેમજ દરદોના ઉપાયોથી બેનશીબ બનેલા છે.
આ વાત ખાસ લક્ષમાં રાખીને મેં આ ગ્રંથ તૈયાર કરેલો છે. શરીર સં-
રક્ષણ અને આરોગ્યતાની સમય સમય અને પ્રસંગે પ્રસંગની સુચનાઓ
સાથે ઉપાયોનો જે સહેલો સંગ્રહ આ ગ્રંથમાં આપવામાં આવેલો છે તે
દરેક કુટુંબને એક સારા સલાહકાર અને ઘરવૈદ્યની ગરજ સારી શકશે,
અને ગરીબ માણસ પણ આ ઉપયોગી ગ્રંથનો લાભ લઈ શકશે એવા હે-
તુથી દ્રવ્યાદિક લાભનો વિચાર બાળપણે મુકી દઇને એક વારતો આ ગ્રંથ
પડત કિંમતે પ્રજામાં વહેંચી આપવો એવો મેં સંકલ્પ કરેલો છે. આ
ગ્રંથની સંપૂર્ણ માહિતી માટે તેના સૂચીપત્રો અમારી પાસેથી મંગાવી
ખાત્રી કરો.

અમદાવાદ,
રિચરોડ.

}

વૈદ્ય જટાશંકર લીલાધર.
ગુજરાત આર્ય ઔષધશાળા.

વૈદ્યક ઉપદેશ.

વૈદ્યક સંબંધી ઉપયોગી વિષયો ચરચનાર
માસિક પત્ર.

A MONTHLY MEDICAL ADVISER.

પુસ્તક ૪ થું.

અમસ્ત સને ૧૮૯૮.

અંક ૭ મો.

તંત્રી

વૈદ્ય જટાશંકર લીલાધર ત્રિવેદી

ગૂજરાત આર્ય ઔષધશાળા

અમદાવાદ.

વિષયાનુક્રમ.

વિષય.	પૃષ્ઠ.	વિષય.	પૃષ્ઠ.
શરીર રચના.....	૧૦૫	વૈદ્યક અભિપ્રાય અને અનુભવ.....	૧૧૪
જિજ્ઞાસુને જવાબ.....	૧૦૯	વનસ્પતિ વર્ણન.....	૧૧૭
		ખાળ લગન.....	૧૫

અમદાવાદ—“પ્રજ્ઞાપ્રધુ” પ્રીન્ટીંગ પ્રેસમાં મુદ્રાકિત કર્યું.

વાર્ષિક મૂલ્ય

પોસ્ટેજ સાથે રૂ. ૧૧ અગ્રાઉથી. પાછળથી રૂ. ૧૦૦.

(સર્વ હક સ્વાધિન.)

નીચેની લીટીઓપર લક્ષ આપવા

તરફી લેશો?

૧. આપના તરફથી લવાજમ ન મોકલાયું હોય તો હવે વેળાસર મોકલવાની મહેરબાની કરશો અને ભેટનું પુસ્તક પ્રદક્ષિણ મંગાવી લેશો ?
૨. ચોપાનિયું વે. પે. કરીને લવાજમ મંગાવી લેવાનો અમારો રીવાજ ઘણાંએક સરલ ગ્રહસ્થાને સારો સગવડ ભરેલો લાગેલો છે.
૩. પણ કોઈ કોઈ રાજેશ્રીઓ તેમાં પોતાનું માન યોધું થયેલું માનતા જણાય છે. તેમણે હવે પોતાની સગવડે તો મોકલવું જોઈએ છીએ.
૪. આહુક થઈ લવાજમ મોકલવામાં જેઓ અમારાપર ઉપકાર કરેલો માનતા હોય તેમણે મહેરબાની કરીને ચડેલ લવાજમ મોકલી આપી ચોપાનિયું બંધજ કરવું.
૫. આ ચોપાનિયાની ખુજ બાણવાવાળા લાવીક વાંચનારાઓની સંખ્યામાં વધારો થતો જાય છે, અને તેથી ચીનના સાહુકારોનાં નામ અમે અમારા લિસ્ટમાંથી છેકી કાઢવા માંડ્યાં છે.
૬. એવા પણ સાહુકારો પડેલા છે કે, આહુક થતાં નવલશા હીરજી બનતા અને પૈસા માગતી વખત ક્ષરમ ભરેલાં બહાનાં કાઢતાં જોવામાં આવેલા છે.
૭. આ ચોપાનિયું દ્રવ્ય પ્રાપ્તિને માટે નથી પણ સારા ઉપયોગી વાચનના પ્રસાર માટે છે.
૮. એવો હેતુ લક્ષમાં રાખીને, કેટલાક લાવીક વાંચનારાઓ, જેઓ પુરા પૈસા ખર્ચવાને અશક્તિ જણાવે છે, તેમને બનતી સગવડે આ ચોપાનિયાનો લાભ આપવાને અમે ચુકતા નથી.
૯. આ ચોપાનિયાનાં આહુકોની સંખ્યામાં વધારો થાય છે તેનો લાભ આહુકોનેજ આપવામાં આવે છે.
૧૦. માટે અમારા આહુકોએ વધારે નહિ તો એક એક આહુક વધારી આપવાનું માથે લેવું જોઈએ.

વૈદ્યકલ્પતર.

પુસ્તક ૪ થું.

અધ્યાય. સંવત ૧૯૫૬.

અંક ૭ મો.

શરીર રચના.

General structure of the Body.

(અંક ૪ થા થી સાંધણું)

તમે ગુણી મનના ધર્મ—નાસ્તિક પણું, ઘણા ખેદ, અતિ આળસ દુષ્ટ બુદ્ધિ, નિન્દિત કામ, નિન્દિત સુખમાં પ્રીતિ, રાત્ર દિવસ ઉંઘ્યા કરવું, અજ્ઞાન, ક્રોધ, મૂઠ પણું.

જ્ઞાનેન્દ્રિયો—૧. કાંન- સાંભળવાની ઇન્દ્રિ, ૨. ચામડી- સ્પર્શ કરી જાણવાની ઇન્દ્રિ, ૩. આંખ - જોવાની ઇન્દ્રિ, ૪. જીભ - ચાખવાની ઇન્દ્રિ, ૫. નાક સુંઘવાની ઇન્દ્રિ, સત્ત ગુણ યુક્ત અહંકાર વડે આ જ્ઞાનેન્દ્રિયો ઉત્પન્ન થયેલ છે.

કર્મેન્દ્રિયો—૧. વાળી - બોલવાની ઇન્દ્રિ, ૨. હાથ પકડવાની ઇન્દ્રિ, ૩. પગ - ગતિ કરવાની ઇન્દ્રિ, ૪. ઉપસ્થ-પેસાખ કરવાની ઇન્દ્રિ, ૫, ગુદા-મળ ત્યાગ કરવાની ઇન્દ્રિ, રક્તેશુણુ યુક્ત અહંકાર વડે આ પાંચ કર્મેન્દ્રિયો ઉત્પન્ન થયેલી છે.

પાંચમહાભુત—આકાશ, વાયુ, અગ્નિ, જળ, તથા પૃથ્વી.

શબ્દ, સ્પર્શ, રૂપ, રસ અને ગંધ એ અનુક્રમે પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિયોના વિષય છે, શબ્દ - કાનનો વિષય, સ્પર્શ - ચામડીનો વિષય, રૂપ - આંખ નો વિષય, રસ-જીભનો વિષય, અને ગંધ-નાકનો વિષય.

બોલવું (સુખ), ગૃહણ કરવું (હાથ), ગતિ કરવી (પગ), મૂત્ર કરવું (ઉપસ્થ), મળ ત્યાગ કરવો (ગુદા), એ પાંચ અનુક્રમે પાંચ કર્મેન્દ્રિયો અને તેના વિષયો છે.

શબ્દ, સ્પર્શ, રૂપ, રસ, અને ગંધ વડે આકાશ, વાયુ, અગ્નિ, જળ અને પૃથ્વી એ પાંચ મહાભુત થયાં છે, અને તે એક એકની વૃદ્ધિથી ઉત્પન્ન થયેલ છે અને એવી રીતે કે—

શબ્દથી—શબ્દ ગુણ વાળું આકાશ.

શબ્દ-સ્પર્શથી શબ્દ સ્પર્શ ગુણ વાળો વાયુ.

શબ્દ-સ્પર્શથી—શબ્દ-સ્પર્શ-રૂપ ગુણ વાળો અગ્નિ.

શબ્દ-સ્પર્શ-રૂપ-રસથી—શબ્દ-સ્પર્શ-રૂપ-રસ ગુણ વાળું જળ.

શબ્દ-સ્પર્શ રૂપ-રસ-ગંધથી—શબ્દ સ્પર્શ-રૂપ-રસ-ગંધ-ગુણ વાળી પૃથ્વી.

શરીર—આકાશનાં તત્ત્વો તથા તથા તેના ગુણ ધર્મ, જળનાં તત્ત્વો તથા તેના ગુણ ધર્મ, અગ્નિનાં તત્ત્વો તથા તેના ગુણ ધર્મ, જળનાં તત્ત્વો તથા તેના ગુણ ધર્મ, અને પૃથ્વીનાં તત્ત્વો તથા ગુણ ધર્મ-અર્થાત્ પાંચે મહાભૂતોનાં તત્ત્વો તથા તેના ગુણ ધર્મથી યુક્ત બનેલું છે. આકાશ તત્ત્વથી શબ્દ સંભળાય છે. વાયુતત્ત્વથી શબ્દ તથા સ્પર્શ પરખાય છે, અગ્નિ તત્ત્વથી શબ્દ, સ્પર્શ તથા રૂપનું જ્ઞાન થાય છે, જળ તત્ત્વથી શબ્દ, સ્પર્શ, રૂપ તથા રસનું જ્ઞાન છે. અને પૃથ્વી તત્ત્વથી શબ્દ, સ્પર્શ, રૂપ, રસ તથા ગંધની પરીક્ષા કરી શકાય છે. શરીરનાં તત્ત્વોમાં શબ્દ સાંભળવાને માટે કાન, સ્પર્શ જ્ઞાન થવા માટે ચાંમડી, રૂપ ઓળખવા માટે આંખ, રસ જાણવા માટે જીભ, અને ગંધ પારખવા માટે નાક છે. કાન, ચામડી, આંખ, જીભ અને નાક, જે શરીરપર દૃષ્ટિએ પડે છે, તે માત્ર બહારની નિશાનીઓ છે અને દેખીતી રીતે લોહી, માંસ અને હાડકાંથી બનેલી છે, પણ શબ્દ સ્પર્શાદિ જે ન થાય છે તેનો તે દરેકની અંદર તે તે જ્ઞાનનું જ્ઞાન અહણુ કરવા વાળી સૂક્ષ્મ નસોમાં મૂકેલું છે, અને એ જ્ઞાન કરનારી નસો એજ જ્ઞાનની ધન્દિયો છે,

જીવ-જીવાત્મા.

ઉપર ક્રમેલા ૨૪ તત્ત્વોથી બનેલા શરીર રૂપી ગૃહમાં એક પચીસ-મું ચૈતન્ય નિવાસ કરીને રહેલ છે, તે ચૈતન્યને જીવ અથવા જીવાત્મા કહેવામાં આવે છે. શરીર અને શરીરમાં રહેલ આત્મા મળીને માણસ “મનુષ્ય” એવી સંજ્ઞાથી ઓળખાય છે. શરીરમાં રહેલો આ જીવાત્મા તે કોણ? એ બીજો કોઈ નહિ પણ “આત્મા”—પરમાત્માનો એક અંશ. એ આત્મા પરમાત્મા રૂપી મહત્ત્વ ચૈતન્યમાંથી વિખુટો પડેલો છે એમ કટલાક ભૂલથી માને છે. તેને માટે આકાશનું દૃષ્ટાંત બહુ સ્પષ્ટ ખુલાસો કરે છે. આકાશ સર્વત્ર વ્યાપેલું છે અને એકજ છે. એ આકાશમાં (ખાલી જગા-માં) ઘર બાંધેલું જોઈએ તે ઘરની અંદર પુરાઈ રહેલ આકાશ “મહાકાશ”

કહેવાયું, અને એ ધરની અંદર વળી એક ખાલી ઘડો મૂક્યો તો તેમાં
જે ખાલી જગા અથવા આકાશ પુરાયું તેનું નામ “ઘટાકાશ” પાડવામાં
આવ્યું. પણ વસ્તુતઃ એ બધા સ્થળનું આકાશ એકજ છે. એવીજ રીતે
પરમાત્મા અથવા ચૈતન્ય સર્વવ્યાપક છે. એ સર્વવ્યાપક ચૈતન્ય પ્રથક્ પ્ર-
થક્ શરીરમાં પ્રથક્ પ્રથક્ ચૈતન્ય ભાસે છે, તે બધાં ચૈતન્ય અથવા બધા
આત્મા પરમાત્માનાજ અંશ છે. પરમાત્માનો અંશ ભાસવાથી તેને પરમા-
ત્માને બદલે આત્મ કહેવામાં આવે છે અને જડ શરીરનો સંબંધ થયા
પછી તેને “જીવાત્મા” એવું નામ આપવામાં આવેલું છે. કેટલાક કહે
છે કે, જડ અને ચૈતન્યના યોગથી જ જીવ ઉત્પન્ન થાય છે તે એક ત્રી-
જીવ વસ્તુ છે અને કેટલાક કહે છે કે આત્મા માયાનો આશ્રય લીધા
પછી “જીવાત્મા” કહેવાય છે. બહુ વિચાર કરતાં આ બન્ને વાત એકની
એકજ ઠરે છે.

આ જીવાત્મા વાસ્તવિક રીતે સ્વતંત્ર છે, પવિત્ર છે, નિર્મળ છે,
પૂર્ણ પણ છે, પણ કોઈ કારણથી તે પ્રકૃતિ (માયા) સાથે બંધાઈ ગયો
છે અને તેથી તે પોતે પોતાને જડ જેવો માને છે. શરીર રૂપી ગૃહમાં
પુરાયેલો આ આત્મા અનાદિ અને અવિનાશી છે, સંપૂર્ણ છે, છતાં તે જ-
ન્મ મરણના ચક્રમાં ચાલ્યો જાય છે. જીવાત્મા સૃષ્ટિના કુદરતી કાયદાથી
કારણ અને કાર્યના અનંત ક્રેદખાનામાં પુરાયેલો છે. તથાપિ જ્ઞાન, બુદ્ધિ
અને સદ્વિધાના સંસ્કારવડે તે જીવાત્મા પોતે પોતની એ ક્રેદખાનામાંથી
સૃષ્ટિના ચક્રમાંથી મુક્ત કરી શકે છે, મોક્ષ મેળવી શકે છે, અને આનંદ
સ્વરૂપ થઈ શકે છે.

વાંચનારાઓને આ વિષય અહિં નિરંધક જેવો લાગશે, અને કેટલા-
કને કદાચ તે વાંચીને કંટાળો પણ આવ્યો હશે. પણ વિવંશી વાંચનાર
જો ધીરજ રાખી આગળ વધશે તો તેની ખાત્રી થશે કે, તે ધારે છે તે-
ના આ વિવંચન આંહિ નકામું નથી, પણ શરીરની રચના, અને તેના ધ-
ર્મો સાથે આ વિષયને નિકટ સંબંધ છે, અને એ સંબંધ જાણવાથી અને
તેને અનુસરીને વર્તવાથીજ દુઃખની નિવૃત્તિ અને પરમાનંદની પ્રાપ્તિ અથ-
વા મોક્ષ મેળવી શકાય છે. હવે તે સુખ-મોક્ષ શી રીતે મળે તેનો વિચાર
કરીએ. પ્રથમ વિચાર કરવાનો એ છે કે આ મોક્ષ મેળવનાર શરીર છે કે
તેમાં રહેનારો જીવાત્મા છે ? એ મોક્ષ અથવા જો અત્યંત સુખ કહેવાય છે તે
મેળવનાર આત્મા, અથવા શરીર સાથે જોડાયેલો, જીવાત્મા છે. શરીર તો

જડ પદ્ધતિનું બનેલું છે અને તેથી તે પરિણામે નાશવંત અથવા વિકાર-
વાન છે. સ્વર્ગ અને નર્ક અથવા સુખ અને દુઃખ એ સર્વ આત્માને વા-
સ્તો છે. પણ અહિં યાદ રાખવાનું એ છે કે, એ આત્માને જે કાંઈ મેળ-
વવાનું છે તે જડ શરીરમાં રહીને અથવા ખરૂં કહીએ તો જડ શરીરની
સહાયતાથી મેળવવાનું છે. અગાઉ જણાવ્યા પ્રમાણે આત્મા અથવા ચૈત-
ન્ય જડ શરીરના આશ્રય વિના કાંઈ કરી શકતો નથી. સાફ કે માહું અ-
થવા સુખ કે દુઃખ તે શરીર વડેજ પ્રાપ્ત કરે છે. ખરૂં કહીએ તો તે શ-
રીરને આધીન છે, શરીરરૂપી ધરમાં પૂરાયેલો છે; એ ધરમાં જેવાં સુખનાં
સાધનો હોય છે તેના પ્રમાણમાં તેને સુખ મળી શકે છે. આટલું તો પ્ર-
ત્યક્ષ જાણી શકાય છે કે જે શરીરરૂપી તેનું ધર સ્વસ્થ, સુધડ અને સ-
ગવડવાળું હોય છે તો જીવાત્મા આનંદમાં રહે છે, અને જે કાંઈ અંદર
ગડબડ થઈ હોય છે તો ઉદાસ બને છે, અકળાય છે. જેમ એક સારા સ-
ગવડવાળા ધરમાં હવા તથા અજવાળા માટે ખારી ખારણાં, ગંદા પાણીના
નિકાસ માટે ખુલ્લી મોરીઓ અને ખાળીઆઓ, સ્વચ્છ પાણીની આવક
માટે નળા, મળ ત્યાગ માટે તથા તેના નિકાલ માટે સૂઘડ જાળરૂઓ અને
ગટરો, તથા સગવડ અને શાંતિથી સુવા બેસવા માટે ખામી વજરના ખંડો
તેમજ પોષણનાં ખીજાં સાધનો તૈયાર હોય છે, તો તેમાં રહેનારાં માણસો
સુખથી રહી શકે છે, અને જે ધરમાં ખામી હોય છે તો નાના પ્રકારની
મુસીબતો અને વ્યાધિથી જીંદગી ટૂંકી થાય છે. એવીજ રીતે આ શરીરરૂપી
ધરનો પાયો (ખીજ) દૃઢ હોય, ખાંધણી સારી હોય, દીવાલો અને માળ
મજબૂત હોય, હવા પાણી અને મળમૂત્રનાં સ્થાનો (ફેફસાં, મળાશય, મૂ-
ત્રાશય, વગેરે) સ્વસ્થ અને સારી સ્થિતિમાં રહેતાં હોય તથા તેમના ઠ-
વા આવવાના રસ્તાઓ અને દ્વારો (શ્વાસનળી, વાતવાહિની નસો-ધંમનીઓ,
અન્નનલ, મળદ્વાર, મૂત્ર નળી વગેરે) સ્વચ્છ અને ખુલ્લાં રહેતાં હોય,
તેમજ પોષણના સારા સત્ત્વગુણી પદાર્થો નિયમિત રીતે પુરા પાડવામાં આ-
વતા હોય, તો તે ધરમાં રહેનારો જીવાત્મા સુખશાંતિમાં રહી આનંદ મેળ-
વે છે. અને નહિ તો, અંદર તે બહુ અકળાય છે, દુઃખ પામે છે અને
અંતે, એ ધર વસવા યોગ્ય નહિ રહેતાં, તેનો ત્યાગ કરી ખીજા ધરમાં
(ખીજા શરીરમાં) જઈ વાસ કરવાની તેને જરૂર પડે છે. આવી રીતે
એક બગડેલા-ખોટા પડી ગયેલા ખોળીયાને તેનો માલીક છોડી દે છે, તેને
અરણ્ય કહેવામાં આવે છે.

આ ઉપરથી જ્ઞેષ શકાય છે કે જીવાત્માને સ્વર્ગ કે નરક અથવા સુખ- કે દુઃખ પ્રાપ્ત થવાનું સુખ્ય સાધન શરીર છે, કેટલાક વિદ્વાનોના વિચાર પ્રમાણે, સ્વર્ગ અને નરક શરીરમાંજ છે, સુખ દુઃખ ત્યાંજ છે, સદ્ગતિ કે દુર્ગતિ પણ ત્યાંજ છે. સુખની સીમા એ સદ્ગતિ છે. અને દુઃખની અવધિ એ અસદ્ગતિ છે. સુખદાયક શરીર જીવાત્માને સુખના શિખરપર લઇ જઇ શકે છે, અને દુઃખદાયક શરીર તેને વારંવાર જન્મ મરણના ચક્ર પર ચડાવી સંસારની વ્યવહાર વાસનામાં બાંધી રાખે છે. સારી વાસનાઓ અને સારા સંસ્કારો જીવાત્માને ઉચ્ચગતિમાં લઇ જાય છે અને એજ વાસનાઓ અને સંસ્કારો જો દુષ્ટ થાય છે તો તેને નર્ક એટલે દુઃખના દરિયામાં ધક્કેલી દે છે. પણ એ વાસનાઓ અને સંસ્કારો શુદ્ધ અને સારા થવા, તે શારીરિક તત્વોની સમાન સ્થિતિપર આધાર રાખે છે અને શારીરિક તત્વોની સમાનતા કુદરતી શાસ્ત્ર અથવા શારીરિક નિયમોના જ્ઞાનવડે પ્રાપ્ત કરી શકાય છે.

જિજ્ઞાસુને જવાબ.

Correspondence.

જિજ્ઞાસુઓ તરફથી કેટલાક પ્રશ્નોના ખુલાસા માગવામાં આવે છે. શારીરિક અને વૈદિક વિષયના પ્રશ્નો એવા હોય છે કે જેનો લખાણ ઉપર ખુલાસો પ્રગટ કરી શકાયજ નહિ, માત્ર રૂબરૂમાંજ તેનું સમાધાન કરી શકાય; કેટલાક પ્રશ્નો એવા હોય છે કે તેનો ખુલાસો મોંઘમ શબ્દોમાં આપી શકાય, બહુ સૂક્ષ્મ બાબત ઉપર લખતાં મર્યાદાનો અને સંબંધતાનો ભંગ થાય. એટલા માટે જે પ્રશ્નોના જવાબ મર્યાદા અને સંબંધતાની હદમાં રહીને આપી શકાય તેવાજ પ્રશ્નોના જવાબો જાહેરમાં મૂકવાનો અમોએ યત્ન કરેલો છે. જે પ્રશ્નોના ખુલાસા જાહેરમાં પ્રગટ ન કરી શકાય, તેવા પ્રશ્નોના જવાબ પત્ર દ્વારાએ પૂછનારાઓને આપવામાં આવે છે. જિજ્ઞાસુ વર્ગ તરફથી પ્રસંગોપાત પૂછાયેલા પ્રશ્નોમાંથી કેટલાક પ્રશ્નોનો સાર આ ચોખ્ખામાં આપવાની સાથે તેના જવાબ પણ પ્રસંગોપાત આપવાનો આ પત્ર દ્વારા યત્ન કરવામાં આવશે.

૧. ગમે એટલું વાંચવાથી કે વિચાર કરવાથી મગજ થાકી ન જાય અને શરીર સાફ રહે એવો કોઇ ઉપાય હશે કે નહિ? એવો કોઇ ઉપાય છે કે જેથી કામવિકાર ઉત્પન્ન ન થાય? “દુધ” જીવન” વગેરે પદ્યો અભ્યાસ કરવાવાળા વિદ્યાર્થીઓના મગજનું પોષણ કરવાવાળા છે, પણ તે

વીર્ય વર્ધક દ્રોણથી અલ્પચર્ય પાળના વાળાઓને પ્રતિકુળ ન થાય એવો કોઈ રસ્તો છે ?

૨. ગર્ભ બંધાવાને માટે કયો વખત અથવા કયો ઋતુ અનુકૂળ અને કયો વખત અને ઋતુ પ્રતિકૂળ છે ?

૩. એવો કોઈ સરલ અને હાનિ વિનાનો ઉપાય છે કે નથી સ્ત્રી સમાગમ થયા છતાં ફળની ઉત્પત્તિ ન થાય ?

૪. સ્ત્રી જનિમાંથી વિપયવાસના ક્યારે ઓછી થતી હશે ?

ઉત્તર.

૧. વૈદક શાસ્ત્રનો વિપય એવો ગુણ અને ગહન છે કે, કેટલીક વાતો હજુ સુધી પડદામાં રહેલી છે અને માત્ર અનુમાનો ઉપર ધમારતો બાંધવામાં આવે છે. શરીરની અંદરની સર્વ ક્રિયાઓ કૃત્રિમ નથી પણ કુદરતી છે અને તેથી શરીર સંબંધી કોઈ પણ ક્રિયાનો વિચાર કરતાં આપણે કુદરત ઉપર મુખ્ય આધાર રાખવો જોઈએ. કુદરતની નિત્ય આજ્ઞાઓનું આપણે ઉલ્લંઘન કરી શકતા નથી અને કદી કરીએ છીએ તો તેનું ફળ મળ્યા વિના રહેતું નથી. આ વિપય ઉગર અમોએ “કુદરતી નિયમ એજ ધર્મ” એ મથાળા નીચે પુસ્તક ૩ નં ના અંક ૬-૭-૮ માં વિસ્તારથી લખેલું છે, જે ફરી વાંચનાની અમો અમારા જિજ્ઞાસુઓને ભલામણ કરીએ છીએ.

વિદ્યાર્થી એવું ધૃષ્ટિ છે કે “હું ગમે એટલું વાંચું કે ગમે એટલો વિચાર કરી મગજ ભરી કર્યા કરું તોપણ માફ મગજ થાકી ન જાય;” પણ એમ થવું એ કુદરતી નિયમથી ઉલટું છે. શરીરની ઇન્દ્રિયોને શ્રમ અને વિશ્રામ બન્નેની સરખી જરૂર છે. જે એકલો શ્રમ આપ્યા કરવામાં આવે તો તે ઇન્દ્રિયો થાકીને ક્ષીણ પડી ગયા વિના રહે નહિ અને વિશ્રાંતિજ મળ્યા કરે તોપણ, ક્રિયા અને ગતિ એ તેનું પોષણ હોવાથી, તે પોષણ નહિ મળવાને લીધે, હાનિ થાય છે. દરેક ઇન્દ્રિય અથવા અવયવમાં જોડેલી શક્તિ હોય તેના પ્રમાણમાં તેને શ્રમ આપવો જોઈએ. શ્રમનો અતિયોગ થાય તો તેના બદલામાં તેને એટલીજ પાછી વિશ્રાંતિ મળે તોજૂ તે તેની સ્વતઃસિદ્ધ શક્તિને પ્રાપ્ત થઈ શકે છે, અને નહિ તો તે ઇન્દ્રિય તેની સમતુલના શક્તિ ખોઈ એસી નકામી થઈ પડે છે. કોઈ પણ ઇન્દ્રિયની શક્તિ વધારી વધી શકે કે નહિ એ એક પ્રશ્ન છે ખરો, પણ તેની હદ અને મુદત હોય છે. આહારવિહાર અને ઉપચારના યોગ્ય નિયમોથી માણસ પોતાની અમુક ઇન્દ્રિયની શક્તિ વધારી શકે છે, જન્મતઃપ્રાપ્ત થયેલ

હૈય છે તેથી અધિક અથવા શારીરિક બળના પ્રમાણ કરતાં અધિક શક્તિની પ્રાપ્તિ થવાનો સંભવ નથી. વળી વખતનો પણ અત્રે વિચાર કરવાનો છે, તે એકે, જે માણસ જાત કુદરતી નિયમોને જેમ જેમ વધારે સૂક્ષ્મ રીતે અનુસરવાનું શીખે તેમ તેમ તેની શારીરિક અને માનસિક શક્તિ વધી શકે છે. અને વંશપરંપરા એ નિયમોનું પાલન થયા કરે તો, અસંખ્યતઃ, હાલ જે શક્તિ છે તે કરતાં હજારગણી શક્તિ માણસ જાત કોઈ કાળે મેળવી શકે. પણ વંશપરંપરાના વારસામાંથીજ જેમને શારીરિક અને માનસિક શક્તિ નબળી મળતી આવી છે, તે એમ ધારે કે મારી એ શક્તિઓ એકદમ ખેડદ બળવાન થઈ જાય તો તે હવામાં કિલ્લા બાંધવા જેવો વિચાર છે,

કોઈ એમ ઇચ્છે કે મને કામવિકાર ઉત્પન્ન ન થાય તો હીક, હું ધારું છું કે જે માણસને મળમૂત્રની હાજત અને તે ઇન્દ્રિયોનો ધર્મ બંધ થાય તોજ સંસારમાં વસતા માણસને કામની ઇચ્છા બંધ થાય. દુનિયામાં આજસુધીમાં એવો કોઈ માણસ જાણવામાં આવેલ નથી કે જેને મળમૂત્ર કર્યા વિના ચાલ્યું હોય. કુદરતે જે ઇચ્છાઓ પ્રાણી માત્રમાં મૂકી છે તે ઇચ્છાઓ કુદરતીજ છે અને કુદરતી હોવાથી તે ઇચ્છાનું પાલન પણ કરવું જોઈએ. કામની ઇચ્છામાં સૃષ્ટિની હયાતી અને વૃદ્ધિનો આધાર છે. જે એવો કોઈ ધર્મ ન મુક્યો હોત તો આ સૃષ્ટિમાં પ્રાણીઓ આજ દેખાય છે તેની હયાતી હોત નહિ. આવી એક કુદરતી હાજતનો અભાવ ઇચ્છવા એ કુદરતના ધર્મનો અભાવ ઇચ્છવા બરાબર છે.

પણ આ કુદરતી હાજતોમાં વિકાર ઉત્પન્ન થાય છે તે વાત આપણે ભુલી નહિ જવી જોઈએ. જાડો અને પેસાળ નિયમિત થયા કરવો એ કુદરતી હાજત છે, પણ તેમાં વિકાર થઈને ઘણી વખત તેનો અતિયોગ અથવા હિનયોગ થાય છે એટલે જાડો તથા પેસાળ જોઈએ તે કરતાં વધારે થાય છે, અથવા જોઈએ તે કરતાં ઓછા થઈ બંધ થઈ જાય છે. આ પ્રમાણે વધારે જાડા કે વધારે વાર પેસાળ થવો એ કુદરતી હાજત અથવા કુદરતી ધર્મ નથી, પણ તેનો કુદરતના કોઈ નિયમનું ઉલ્લંઘન કર્યાનું વ્યાધિરૂપ ફળ છે. એવીજ રીતે “ જ્યારે ઘટે ત્યાં ” અને “ જ્યાં ઘટે ત્યાં ” નિયમિત કામની પ્રવૃત્તિ અને ઇચ્છા થવી એ કુદરતી ધર્મ છે, અને જ્યાં એ કામનો અતિયોગ જોવામાં આવે ત્યાં વાસ્તવિક રીતે વ્યાધિનું સ્વરૂપ સમજવું જોઈએ. મૂત્ર દૃષ્ટ, પ્રમેહ, અથવા દિનવા થાય તોજ વારં-

ચાર પેસાળ થયા કરે છે; એવીજ રીતે વીર્યમાં અથવા વીર્યને જન્મ આપનાર મગજમાં કોઈ વિકાર થાય છે ત્યારેજ માણસને વારંવાર કામની ઇચ્છા થાય છે, અને તેથી હું તો તેવા કામને રોગ સમજુ છું. દુનિયામાં કદાપિ એવાં પણ દૃષ્ટાંત મળી શકશે કે જેઓ કામની ઇચ્છાને દબાવી શક્યા હોય અને જેમને કામની પ્રવૃત્તિજ ન થઇ હોય. અત્યંત શંકા સ્ત્રી પુરુષોને જન્મથીજ કામની ઉત્પત્તિ અને પ્રવૃત્તિ હોતી નથી અને એ અપવાદ સિવાય જેઓને કામની પ્રવૃત્તિ થતી નથી એમ કહેવામાં આવે, તેમાંના હજારમાં નવાણું ગુપ્ત અત્યાચારી અને અનાચારી હોવા જોઈએ અને એકાદ વિરલ સ્ત્રી પુરુષ કોઈ અસાધારણ કારણને લીધે કામ પ્રવૃત્તિમાંથી મુક્ત રહી શકેલ હશે. એકવાર કામની ઇચ્છા થયા પછી તે વૃત્તિને રોકવાથી અથવા દબાવવાથી વ્યાધિ થાય તો તેમાં બહુ આશ્ચર્ય નથી, કેમકે એતો કુદરતી નિયમ છે. સવાલ એ છે કે કામની ઇચ્છાજ ન થાય એવો કોઈ ઉપાય છે કે નહિ. ઉપર કામની પ્રવૃત્તિનો ઝાડપેસાળની પ્રવૃત્તિ સાથે મુકાબલો કરેલો છે, તથાપિ, તેમાં એ કાંઈક તફાવત છે, તે વાતનો સ્વીકાર કર્યા વિના ચાલતું નથી. ઝાડ પેસાળની ઇચ્છા અને પ્રવૃત્તિ જન્મથી તે મરણ સુધી જીવતા માણસની સાથે સદા જોડાયેલીજ રહેલી છે અને રહેવાની છે. કામની ઇચ્છાને હદ છે. પ્રથમ તો વીર્યની હયાતી વિના કામની ઇચ્છા કે પ્રવૃત્તિના સંભવ નથી, વીર્ય અમુક વયે આવ્યા પછીજ ઉત્પન્ન થાય છે અને અમુક વૃદ્ધ વયે તેનો હાથ થાય છે જો એમ ન હોત તો એક બાળક અથવા વૃદ્ધ એવા વિકારમાંથી મુક્ત રહી શકત નહિ. પણ આપણે જોઈએ કે અતિબાલક અને અતિ વૃદ્ધ કામ વિકરથી કેવળ મુક્ત નિર્દોષ અને નિર્વિકારી છે. વીર્ય પરિપક્વ દશાને પામ્યા પછી તે પ્રવૃત્ત થાય છે, અને તેને પ્રવૃત્ત કરનાર “મન” છે. મનમાં જો પ્રથમથીજ એવા સંસ્કારો પડે કે જેથી તેની વૃત્તિજ કામ વાસના તરફ પ્રેરાય નહિ તો કામની ઇચ્છાનો અસંભવ થાય ખરો. મનને કામ વિકારમાં પ્રવૃત્ત કરે એવા વિષયો, અને લાલચો જન્મથીજ છોટે રાખવામાં આવે તોજ એ કાર્ય પાર પડે. સિંહનું બચ્ચું એકવાર લોહી ચાખે છે તો પછી તે હિંસા કરવામાંથી કદી પણ અટકશે નહિ. પણ જો તેને જન્મથીજ તેનાં હિંસક માબાપ (સિંહણ) ના સહવાસમાંથી મુક્ત કરી માણસ જાતના સહવાસમાં રાખવામાં આવે તો તે સિંહનું બચ્ચું એક બકરીના બચ્ચા કરતાં વધારે ઉપદ્રવ કરી શકશે નહિ. એવીજ રીતે જો માણસને કામવિકારને ઉત્પન્ન કરે એવા

વિષયો, વાતો અને લાલચોથી ભરેલા સંસારમાંથી જન્મથીજ વિરક્ત કરવામાં આવે તો તેવા માણસમાં કામની ઇચ્છા નહિ થઈ શકે એ કદાચ ખતવા જોગ છે, અને હું ધારું કે એવાંજ વિરક્ત મનુષ્યો કામની ઇચ્છા વિનાનાં રહી શકે. દારૂને દેવતા મને તો તે સળગી ઉઠ્યા વિના રહેજ નહિ; ધીને અગ્નિનો સમાગમ થાય તો તે પીગળ્યા વિના રહેજ નહિ, એવી જ રીતે પુરૂષને સ્ત્રીનો મોગ થાય તો તેનામાં કામની સ્વભાવસિદ્ધ ઇચ્છા જનમૃત થયા વિના રહેતી નથી. જો સંસારમાંથી સ્ત્રી વર્ગ અને પુરૂષ વર્ગને એક બીજાથી કેવળ વિરક્ત રાખવામાં આવે તોજ કામની ઇચ્છાનો અભાવ થાય પણ તેમ ખતવું મુશ્કેલ છે, એટલુંજ નહિ પણ સૃષ્ટિના સંકેત અને ધારાથી પણ ઉલટું છે. સંસારનો ચાલતો પ્રવાહ તોડવાને કોઈ સમર્થ નથી, અને જો કોઈ હઠાપણુ ડોળીને તેવું કરવા પ્રવૃત્ત થાય છે, તો તેને શિક્ષા થયા વિના પણ રહેતી નથી.

યુક્તિહીન એકલમ પ્રમાણે એકજ સ્થાનમાં અથવા એકજ નિયમમાં એ વિરોધ વાળી વાતોનો સંભવ થઈ શકતો નથી. જિજ્ઞાસુ યુક્તિહીન એ પ્રમાણુ પર ફરી વિચાર કરશે, તો સમજશે કે, વિષયોથીજ ભરેલા સંસારમાં વસીને વિષયોથી મુક્ત રહી શકાયજ નહિ. વિષયો એટલે ઇન્દ્રિયોના ધર્મ. “જીવન” “દુધ” વગેરે પદાર્થો વીર્યની વૃદ્ધિ કરવા વાળા છે અને તેવા પદાર્થો વડેજ મગજની અને અભ્યાસ કરવાની શક્તિ વધે છે. જો જિજ્ઞાસુએ વીર્યનો અર્થ વિકાર કરેલ હોય તો ત્યાં તેની ભૂલ થાય છે. વીર્યનો અર્થ તો બળ છે; અને માણસના શરીરમાં જન્મ બળ વિશેષ તેમ મન વધારે મજબુત અને દૃઢ હોય અને તેમ તે માણસ વધારે નિઝાહી અને નિયમિત રહી પોતાની મગજ મારીના કામમાં, એટલે અભ્યાસમાં, વધારે ઉત્સાહવાન બને છે. જો પદાર્થો બ્રહ્મચર્ય પાળવામાં નુકશાન કારક હોય તે પદાર્થો અભ્યાસનું કામ કરવાવાળા મગજને પણ હાની કર્યા વિના રહેશે નહિ અને જો પદાર્થો મગજને અને યાદશક્તિને પોષણ કરવાવાળા હોય તેવા પદાર્થો બ્રહ્મચર્યના પાલનમાં હરકત કરતા હોઈ શકે નહિ. જીવન અને દુધ વીર્યને વધારે મજબુત કરે છે. અને વીર્યની વૃદ્ધિ અને મજબુતી એજ મગજની અને સ્મરણુ શક્તિની વૃદ્ધિ અને મજબુતી એમ સમજવાનું છે. અમે એક કરતાં વધારે વખત આજ ચોપાનિયામાં જણવેલું છે કે વીર્ય જન્મ વધારે દૃઢ અને બળવાન તેમ વિષય વિકાર ઓછો, અને વીર્ય જન્મ વધારે નમ્રજી અને અદૃઢ તેમ વિષય વિકાર અને વિચ્છેદનપણું વધારે.

પણી વિચિત્રું સ્થાન મગજ છે અને તેની પ્રવૃત્તિ પણ મગજમાંથીજ થાય છે, માટે મનને મજબુત રાખવા માટે કેટલીક દુષ્ટ કલ્પનાઓ દુર્વાસના ઓ, અને નિરૂદ્ધ વિચારોને પણ મનમાં સ્થાન નહિ મળે તેને માટે વિદ્યાર્થી લોકોએ અવશ્ય કરીને સાવધ રહેવું જોઈએ.

(અપુર્ણ)

વૈદક અભિપ્રાય અને અનુભવ.

Medical Advice & Experience.

ઉત્તર દિશા તરફ માથું રાખીને સુવાનો અભિપ્રાય.

ઉત્તર દિશા તરફ માથું રાખીને સુવાનો ચાલ જુના વખતથી ચાલતો જોવામાં આવે છે. આ ચાલ વૈદકશાસ્ત્રના અભિપ્રાયને અનુસરી પડેલો છે. પ્રાચીન આર્યોએ વૈદકશાસ્ત્રના અભિપ્રાયોને અનુસરી ધણાએક નિયમો ધર્મ, અને આચારમાં, દાખલ કરેલા છે, અને તેથી તેવા નિયમો ધર્મની અસાધ્યતા તરીકે અથવા વહેમ તરીકે અજ્ઞાન તેમજ સજ્ઞાન વર્ગમાં પળાતા જોવામાં આવે છે. હિંદુ કુટુંબની એક અજ્ઞાન સ્ત્રી પણ જાણે છે કે, પશ્ચિમ દિશામાં માથું રાખીને સુવાય નહિ. શું કરવા સુવાય નહિ તે તેની બહારાત જાણે છે ! “ ધરુઓ કહેતા આવેલા છે કે દક્ષિણ કે પશ્ચિમ દિશા તરફ માથું કરીને કે ઓશીકું કરીને સુવાથી પાપ લાગે છે ! ” આ સિદ્ધાંત તેઓ વિશેષ કાંઈ જાણતાં નથી. આવી જેટલી જેટલી વાતો ધર્મના રૂપમાં કે રૂઢી અથવા વહેમની સત્તા નીચે પળાતી જોવામાં આવે છે, તે બધી વાતો વહેમથીજ ભરેલી અને ખોટી સમજી શકાતી નવી પ્રજા તે તમામ રીવાજો અને આગ્રાઓનો અનાદર કરે છે; કેમકે તેઓ કાંઈ પ્રત્યક્ષ અનુભવ, લાભ કે હાનિ જોયા વિના કાંઈ પણ વાતને માનવાને ના પાડતા જણાય છે; અને વિચાર કરવાની તો આપણામાં શક્તિ નથી એટલે સારું અને નહાડું સર્વ વહેમના પ્રવાહમાં તણાણું જાય છે.

પણ શોધક બુદ્ધિ એવા પ્રાચીન રીત રીવાજો આગ્રાઓ અને વહેમ ભરેલી વાતોમાંથી પણ સ્નારને શોધી કાઢે છે. એ બુદ્ધિ પશ્ચિમની પ્રજાને વરેલી છે; તેઓ પ્રાચીન રૂઢીઓમાંથી અથવા કલ્પના શક્તિમાંથી જન્મ પામતા અખતરાઓવડે ઘણી ઘણી જાણવા જેવી વાતો શોધીને બહાર પાડે છે; જેમાંની ઘણી વાતો કારણ સમજ્યા વિના આપણા દેશમાં

પગાતી જોવામાં આવે છે.

ઉત્તર દિશામાં માથું રાખીને સુવાના ચાલને વહેમની વાતોમાં નહિ ગણવાને માટે કેટલાક ફેન્ય વિદ્વાનો બલામણુ કરે છે. તેઓ જણાવે છે કે ઉત્તર દિશા તરફ માથું રાખીને સુવું એ વિદ્યાના નિયમોને અનુસરતું છે. તે વિદ્વાનો જણાવે છે કે, દરેક માણસ વીજળી ઉત્પન્ન કરનારી એક ભતતની “ બેટરી ” જેવો છે; એટલે કે તેનું માથું અને પગ વીજળી ઉત્પન્ન કરનારાં બેટરી માંહેના “ ઇલેક્ટ્રોસ ” નું કામ બજાવે છે. એ વિષેની સાખીતી ફ્રાન્સની વિદ્વાનોની મંડળીએ ફાંસીની સજા પામેલા એક સખ્સની લાસ ઉપર કરેલા સંખ્યા બંધ અખતરા ઉપરથી મળેલી છે. જેવો તે માણસ મરણ પામ્યો તેવીજ તે વિદ્વાનોએ તેની લાસ એક ગોળ થાળી ઉપર મુકી હતી, જે થાળી તેની મધ્યમાં આવેલા એક ઢાંઝા (ખીલા) ઉપર બહુ સહેલાઈથી. ગોળ ચક્રના આકારમાં ફરી શકતી હતી. થાળી ઉપર લાસ મેલવામાં આવતાંજ તે થાળી ધીમે ધીમે ફાલવા લાગી હતી અને થોડીવારે લાસનું માથું ઉત્તર દિશા તરફ જવા પછી તે થાળી પાછી સ્થિર થઈ થોભી હતી. આ ઉપરથી પછી તે થાળીને બહુ સંભાળતી ફેરવીને ઉત્તર દિશા તરફ લાસના પગ રાખવામાં આવ્યા હતા, પણ તે સ્થિતિમાં તે ઘણીવાર નહિ રહેતાં ઉત્તર ધ્રુવ તરફના ખેંચાણને માન આપી લાસનો માથા તરફનો ભાગ ધીમે ધીમે પાછો ઉત્તર દિશા તરફ જઈ અટક્યો હતો. એ પ્રમાણે ઘણીવાર અખતરાઓ કરી જોવામાં આવ્યા હતા, જે સઘળા ઉપર પ્રમાણેજ ફતેહમંદી સાથે સાખીત થયા હતા. માત્ર લાસ કાઢીને અથવા બગડીને જ્યારે તેમાંથી વીજળીક પ્રવાહ અથવા શક્તિ બંધ પડી જતી હતી ત્યારેજ તેનું ખેંચાણ બંધ પડતું હતું.

ઝેરી સાપનો ઇલાજ

“Antinevin” “એન્ટીનેવિન”.

ઝેરી સાપને માટે “ એન્ટીનેવિન ” નામનો એક નવો શોધ એક અંગ્રેજ તખીબ એડિન્બરોના પ્રોફેસર ફ્રેઝર અને તેના બીજા વિદ્વાન મિત્રાએ કરેલો કહેવાય છે. ડૉક્ટર “ જોનર ” ની ગૌશીતળાવાળી રસીની શોધને પગલે આ શોધ કરવામાં આવેલો છે. પ્રથમ તે રસી એક સસલા ઉપર અજમાવી હતી. એક સસલાના શરીરમાં એક ઝેરી નાગના ઝેરનું ટીપું ઘાબલ કર્યું તે એટલા પ્રમાણમાં કે તે સસલું મરે નહિ, પણ તેને ઝેર

ચડે. પછી બીજે કે ત્રીજે દહાડે ફરી વધારે ઝેર દાખલ કરવામાં આવ્યું; અને એમ કરીને તે સસલાને ઝેરી સાપના ડંખની અસરમાંથી મુક્ત કર્યું. અર્થાત્ પછી તે સસલાને ઝેર ચડતું નહિ હતું. તે સસલામાં છેવટ એટલું બધું ઝેર દાખલ કર્યું કે તે ઝેરનો છેક ૫૦૦ મો ભાગ પણ મમે એવા સસલાને તુરત મોતની અણીપર લાવી શકે, અને તેમ છતાં મજબૂર સસલું ૫૦૦માણું ઝેર પીવા જતાં ઝેરની સામે સુખાકારી બતાવા શક્યું. પછી એ અખતરો એક ઘોડાપર અજમાવવામાં આવ્યો હતો. પછી તે ઘોડાના શરીરમાંથી પ્રો. ફ્રેઝરે કેટલુંક લોહી કાઢી લીધું અને તે લોહીમાંથી તેણે સફાઈદાર પ્રવાહી (સીરમ-સ્તી) બનાવ્યું. વધારે અખતરથી તેને જણાયું કે, એ સ્તીનો એક ભાગ સાપના ડંખવાળા પ્રાણીના શરીરમાં દાખલ કરવામાં આવે તો તે જનનવર મરતું બચે. વધારે અજમાયેશ કરીને ડા. ફ્રેઝર તે સ્તીને સુકવી શક્યો અને સુકાયેલી હાલતમાં પણ તે સીરમની ખુબી અને ગુણ જણવાઈ રહે છે. આ અખતરો કલકત્તા અને મદ્રાસ ખાતે અજમાવવા સાર મોકલવામાં આવ્યો છે. આપણા દેશમાં ઝેરી સાપથી સંખ્યાબંધ માણસો મરે છે, અને તેથી જો આ અખતરો જણાવ્યા પ્રમાણે ફતેહમંદ ઉતારે તો બેશક જગતનાં મનુષ્યો ઉપર અને વિશેષે કરીને ઝેરી સરપોના આશ્રયસ્થાન રૂપ આ દેશના લોકો ઉપર ધણો મોટો ઉપકાર થાય. દેશી વૈદ્યો અને હકીમોએ આવા શોધો અને અખતરોઓનું અનુકરણ કરવાની જરૂર છે.

જવનો આસવ.

ક્ષય જેવા બચકર રોગ ઉપર તથા નાનાં બાળકોની દમ લેવાની નળી ઉપર લાગુ પડતા સોજા માટે અકસીર થઇ પડે એવા પ્રકારનો એક નવો આસવ “જવ” નામના ધાન્યમાંથી ઇટાલીખાતે હાલમાં બનાવવામાં આવે છે. ત્યાંના કોલોં શહેરની એક હોસ્પિટલની નર્સોએ તે આસવ બનાવવાની રીત પહેલ વહેલી શોધી કાઢી હતી અને તે આસવ હોસ્પિટલમાં અજમાવી જોવાથી તેમની ખાત્રી થઇ છે કે તદ્દન અશકત અને દમ લેવાની નળીના સોજાથી પીડાતાં બાળકો ઉપર તે આસવ ધણો અકસીર ઉપાય નીવડેલો છે. ખાસ કરી ક્ષય રોગ માટે તેની ભલામણ કરવામાં આવે છે. કેટલાક ડાક્ટરોએ પણ તે આસવની ખાત્રી કરેલી છે. તે આસવ બનાવવાની રીત નીચે પ્રમાણે છે અને સાધારણ માણસો પણ તે

જનાવી શકે એવી સહેલી છે:—

પાંચ કીલોગ્રામ જવનો આટો લઈ તેને શણના કપડાની એક ન્હાની થેલીમાં ભરવો. થેલીમાં પાણી જગા રહે એટલી મોટી નહિં હોવી જોઈએ; અને આટો તેમાં દાખી દાખીને લગભગ મેં સુધી ભરવો. પછી તેનું મેં મજબુત દોરીવતી રીકરી બંધ કરવું. પછી તે થેલીને પાણીથી ભરેલી એક કીટલીમાં મુકવી. કીટલીના પાણીમાં આટાના દર એક કીલોગ્રામ દીઠ બે ગ્રામ જોડેલો “બાઈ કારબોનેટ ઓફ સોડા” વાળો સોડા-ખાર નાખવો. અર્થાત્ કોથળીમાં પાંચ કીલોગ્રામ જોડેલો આટો હોય તો પાણીમાં દસ ગ્રામ જોડેલો સોડાખાર નાખવો. પછી મધ્યમ તાપ ઉપર તે કીટલીને મુકીને આટાની થેલીને તે કીટલીમાં છ કલાક સુધી ઉકાળી પછી થંડુ પડે એટલે તે પાણીને ગાળીને બાટલીઓમાં ભરી મુકવું. કીટલીને બદલે પહોળા મોઢાંનાં તપેલાં હોય તોપણ ચાલે. આ પ્રવાહી તૈયાર થાય તેને તે લોકો “જવનો આસવ” એવું નામ આપે છે. શ્વાસ નળીના સોળપર જવની અથવા જવખારની ખાસ અસર છે અને તેથી આ પાણી એ પ્રમાણે અસર કરક થઈ પડે એવું માની શકાય છે. એક ગ્રેન એટલે એક ઘઉં ભાર. લગભગ ૧૫ ગ્રેનનો એક ગ્રામ થાય છે, અને ૧૫,૪૩૨ ગ્રેનનો અથવા આશરે ૨૧ રતલ એટલે ૯૦ રૂ. ભારનો એક કીલો ગ્રામ થાય છે. અમોએ જ્યાંથી આ પ્રયોગ ઉતારેલો છે, તેમાં પાણીનું માપ આપવામાં આવેલું નથી; તોપણ અમારા ધારવા પ્રમાણે એક રતલ જવના આટાની કોથળી ઉકાળવા માટે આઠ શેર પાણી લેવું જોઈએ, અને આશરે ૨ થી ૧ શેર પાણી રહે ત્યારે ઉતારવું જોઈએ. જેમ પાણી વધારે બળે તેમ તે પ્રવાહી વધારે તીક્ષ્ણ થાય, માટે બચ્ચાંઓને પાવા માટે તૈયાર કરવામાં વધારે પાણી રાખવું, જ્યાં દવા બહુ જલદ થાય નહિ.

वनस्पति वर्णन.

The Vegetable Materia Medica.

(૫૪ ૬૧નું અનુસંધાન.)

ઈન્દ્રવાણી.

(સં. ઈન્દ્રવાણી; હિં. ઈન્દ્રાયણ, ઈ. કોલોસીય, તા. તુમાતી.)

વર્ણન—ઈન્દ્ર વાણીનો ચીમડાંના વેલા જેવો વેલો થાય છે, અને તેને કોડીયાં (નાનાં ગોળ ચીમડાં) જેવાં ન્હાના લીલાં ગોળ ફળ થાય

છે. તે ફળ પાકે છે ત્યારે પીળા રંગનાં થાય છે. મુંઝાઈ ઇલાકામાં તેનાં વેલા આડે વગડે મળી આવે છે. તેની બે જાત છે. એકમાં મોટાં ફળ થાય છે તેને કાઠિયાવાડમાં “ગાવસુકડાં” કહે છે. તે ઔષધમાં વપરાતાં નથી, તે ગોળ કોઠીયાં જવડાં, લીસાં, અને લીલાં પીળા રંગના પટાવાળા થાય છે. ઇન્દ્રવરણાના ફળ લાંબ ગોળ કદમાં કટોળા જવડાં, અને કાંટા કાંટા વાળાં થાય છે. ગાવસુકડાંના વેલાના મૂળનો રેચ ધણો સખ્ત લાગે છે. ઇન્દ્રવરણાનો રેચ એટલો સખ્ત નથી. ઔષધમાં ઇન્દ્રવરણાનાં મૂળ, ફળ અને અંદરનો ગરબ વપરાય છે.

ગુણ—રેચક, કૃમિદન; પાકમાં તીખાં, કડવાં, શીત, સારક, ઉષ્ણવીર્ય, લઘુ; ગુલ્મ, પિત્ત, ઉદરરોગ, કફ, કોઢ, જ્વર, ત્રણ, શ્વાસ, કાસ, ગ્રંથી, મેહ, મૂઠગર્ભ, કમળો, પ્લીહ, શુષ્કગર્ભ, ગલગંડ, વિપ, આનાહ, વાયુ અશ્મરુ, આમ, વગેરે રોગમાં વપરાય છે.

ઈન્દ્રવણાં વિશેષે કરીને રેચને માટે વપરાય છે. તેનો રેચ આપવાથી પિત્તનો આવ થાય છે તથા અશ્મરુ મટે છે, અને તેથી તે અશ્મરુ, મળાવરોધ, પેટ ના રોગ, યકૃત, પ્લીહ (બરફ) કૃમી વગેરે વ્યાધિમાં ઘણું સરસ કામ કરે છે યકૃત પ્લીહ વગેરે શ્મરુ ઉદરના રોગમાં ક્ષાર તથા વાતહર પદાર્થો સાથે ઇન્દ્રાવણું આપવાથી ઘણો ફાયદો થાય છે. તે એકલું આપવાથી મરડો થવાનો ભય છે. એટલુંજ નહિ પણ ઘણા દિવસ સુધી આ ગુલાબ લાગઠ લેવાથી વખતે આંતરડામાં ક્ષત પડી જાય છે. મગજમાં લોહી ચડે છે ત્યારે ઇન્દ્રવણાનો રેચ સારો છે. જલોદરમાં પણ ઇન્દ્રવાણાનો રેચ સારો ફાયદો કરે છે, તે એકે, જલોદરનું પાણી રેચ માર્ગે નીકળી જવાથી આંતરડાં ખાલી થાય છે અને પેટ પોચું પડી હાંફ કમતી થાય છે. પણ તેથી જલોદરનો રોગ મટી શકતો નથી. કમળામાં અને મળાવરોધમાં પણ આનો રેચ આંતરે આંતરે અપાય તો ફાયદો કરે છે. મળાવરોધમાં અને બંધકુદવાળાને આ રેચ બહુ કામનો છે ઇન્દ્રાવરણામાં બે ચાર જાતના ક્ષાર ભરીને કપડ માટી કરી તેને અગ્નિમાં મુકી બાળી દેવાં. પછી તેનું ચૂર્ણ કરવું તે ચૂર્ણમાં ત્રિકટુ, (સુંઠ, મરી, પીપર,) વગેરે વાતહર દવાઓ ભેળવીને તેની નિત્ય અગર આંતરે આંતરે ફાકી લેવાથી મળાવરોધ તુટે છે. વળી આવી રીતે લેવાથી પેટમાં ચુંક આવતી નથી તેમ બીજાને પણ કશો ઉપદ્રવ થવા પામતો નથી. ઇન્દ્રવાણાનું મુળ પણ બહુ રેચક છે. ઇન્દ્રવરણાનાં મુળનું ચૂર્ણ અગર લીલાં મુળને ઘસીને નાગરવેલના પાનમાં આપવાથી સર્પદેશમાં ફાયદો થાય છે. તેનું મુળ ચોનીદારમાં ગર્ભાશય મુખે રાખવાથી ગર્ભપાત થાય છે.

એવો લોહિંબરાજનો અભિપ્રાય છે. અનુભવ નથી. મુળ યોની દ્વારમાં રાખવાથી ઝાતુ આવે છે. એટલુંજ નહિ પણ જો યોનિપટલ ભેદાયું ન હોય તો, આ મુળ કેટલાક દિવસ પેહેરી રાખવાથી પડદો ભેદાય છે અને માર્ગ ખુલ્લો થાય છે. સ્તન પાક ઉપર તેનાં મુળનો લેપ કરે છે; શળમાં તે મુળને પાણીમાં ધસી તેમાં જરા જરા સુંઠ મરી અને પોપરતું ચૂર્ણ નાખી પીવું; વધરાવળમાં તે મુળ એરંડીયા તેલમાં ધસીને ધસારો ગાયના દુધમાં બે ત્રણ દિવસ પીવો. ગાંઠ, ફેલા વગેરેના દાહમાં મુળ તથા ફળ બન્ને પાણીમાં વાટી તે ઉપર લેપ કરવો; યોનીશળમાં મુળને બકરીના ધીમાં અગર દુધમાં વાટી લેપ કરવો; ગંડમાળ એટલે ગળે ગાંઠો થાય છે, તેમાં ઈંદ્રવારણીમાં મુળ અને સરગવાની છાલ સરખે ભાગે એકત્ર વાટી ચોપડવું ઈંદ્રવરણાનાં ફળમાં છિદ્ર પાડી મરીના દાણા ભરવા પછી તે ફળ થોડા દિવસ છાપરે સુકવીને અગર તેનાપર માટીનો લેપ કરીને થોડા દિવસ રાખમાં રાખી મુકીને પછી અંદરના મરીના દાણા કઢી લઈ રાખી મુકવા તે મરીના દાણા રચક તરીકે વપરાય છે એટલુંજ નહિ પણ જો સાત દિવસ સુધી તે મરીના થોડા થોડા દાણાનું સેવન કરવામાં આવે તો તેથી “ શીળસ ” નો રોગ મટી જાય છે. અંગ્રેજીમાં “ એક્સટ્રાક્ટ ઓફ કોલોસિંચ ” વપરાય છે તે ઈંદ્રવારણીનું “ ધન ” છે.

માત્રા—ઈંદ્રવરણાનાં ફળનોગર ૧ વાલ; મુળનું ચૂર્ણ ૧વાલથી ૪વાલ

એખરો.

[સં. કોકિલાક્ષ અને ઇક્ષુગંધા; હિં. તાલીમખાના; મ. કોળસુંદા. ખં. કુલીયાખારા.]

વર્ણન—એખરાનો છોડ આશરે બે ત્રણ હાથ ઉંચો થાય છે. તે કોકણમાં ખેતરોમાં અને વાડ ઉપર ઉગે છે. ઔષધમાં તેનાં બી, મુળ, પાન તથા આખા ઝાડની રાખ વપરાય છે. આહિ તેનાં બી માત્ર બજારમાં વેચાય છે, જે બી એખરો અથવા તાલીમખાના એવા નામથી પ્રસિદ્ધ છે. તેનાં બી કાળા ભુખરા રંગનાં ખડખડાં થાય છે. કેટલાક એમ માને છે કે, એખરો અને તાલીમખાના એ બંને એકજ જાતનાં પણ બે જુદા જુદા રોપાનાં બી છે.

ગુણ—મુત્રલ અને ધાતુ પૌષ્ટિક.

ઉપયોગ—એખરાનો એટલે તેનાં બીનો મુખ્યત્વે કરીને ધાતુ પુષ્ટી મટે ઉપયોગ થાય છે. જુદા જુદા પૌષ્ટિક પાકમાં એખરો પડે છે એ ખરો, ગોખડ, શતાવરી, ફાંચાં, મુસળી વેડીમધ. આંખળાં, અને આસંધ,

એ આઠ વસ્તુના ચૂર્ણને આઠ ગણા દુધમાં રાંધી કાઢી કરી તેનો રીતસર તૈયાર કરેલો પાક ઘણોજ ધાતુ વર્ધક અને કામ વર્ધક થાય છે. એ ચૂર્ણને ઘીમાં તળી પછી સાકરની ચાસણીમાં નાંખવામાં આવે અને તેમાં બદામ પસ્તાં, ચારોળી, ખસખસ, અખોડ એકઠી, કેસર, લવંગ, જાયફળ, જાવંત્રી, તજ, ગજોસત્વ વગેરે વસાણાં નાંખી ઘરોજ બળે ત્રણ ત્રણ તોલા ખાઈ ઉપર ગાયનું દુધ પીવામાં આવે તો ધાતુ પુષ્ટ થાય છે. વળી તાલીમખાનાનું એકલું ચૂર્ણ સાકર મેળવી ખાવાથી અને તે ઉપર તાણુ ગાયનું દુધ પીવાથી પણ એવોજ ગુણુ કરે છે. પ્રમેહ અને મુત્ર રોગમાં પણ એખરો ફાયદો કરે છે. નખળાને લીધે સાંધા દુખતા હોય તથા કળતર થતું હોય તો એખરો દુધમાં નાંખી પીવાથી આગમ થાય છે.

એરંડો.

[સં. એરંડ; મ. એરંડા, ગુ. એરંડો; ઇ. રીસીનસ કામ્યુનિસ.]

વર્ણન—આ દેશમાં એરંડાનું ઝાડ ઘણુંજ સાધારણ છે. કેટલાંક વૃક્ષો અને શેપાઓ કુદરતી રીતે આડેવગડે ઉગી નીકળે છે, અને કેટલીક વનસ્પતિઓ વાવેતર કરવાથી તે જથ્થાબંધ ઉત્પન્ન કરી શકાય છે આ દેશમાં એરંડાનાં વાવેતર થાય છે, અને જેટલો પાક ઉત્પન્ન કરવો હોય એટલો થઈ શકે છે. તેની બે જાત છે. ઘોળી અને રાતી જાત, રાતો એરંડો વધારે તીક્ષ્ણ અને તેથી વધારે ગુણુકારક મનાય છે. રાતા એરંડામાંથી મોટા દાણા “એરંડી” એવા નામથી કાઠીયાવાડમાં અને દીવેલી એ નામથી ગુજરાતમાં ઓળખાય છે. એરંડાના મુળ, પાન તથા ફળ (એરંડી) ઔષધના કામમાં આવે છે. તેનાં મુળ કવાથ વગેરેમાં બહુજ વપરાય છે. પાન બંધાણુ કરવાના કામમાં આવે છે, અને ફળ રેચ તરીકે ખાવામાં તેમજ ચામડીપર લગાવવાના કામમાં આવે છે, પણ તેનો વિશેષ બહોળો ઉપયોગ તેમાંથી પીલીને કાઢેલ તેલ તેલ તરીકે થાય છે, જે તેલ એક ઉત્તમ રેચ તરીકે ઘેર ઘેર વપરાય છે અને એક ઉત્તમ ઠંડા દીવેલ તરીકે દીવે બાળવાના કામમાં આવે છે. તેના ફળ (એરંડી) એમની એમ ખાવામાં વપરાય છે, પણ જો નેપાળાનાં બીની પેડે તેને શુદ્ધ કરીને વાપરવામાં આવે તો વધારે સાર ફેાતરી ઉતારી દુધમાં ઉકાળવાથી બીશુદ્ધ થાય છે.

ગુણુ—રેચક, શોષક, વાતહર—વાતહર તરીકે તેનો ગુણુ સર્વોત્તમ મનાયો છે. અને તેથી સંસ્કૃતમાં તેનું બીણુ નામ “વાતારિ” અટલે વાયુનો શત્રુ એવું રાખવામાં આવેલું છે.

અમૃતવદ્ધી.

દવાઓની પ્રસિદ્ધિ હાલમાં તો બહુધા તેમના ગુણને માટે થતી હોય તેના કરતાં જાહેર ખબરોના જોરથી વિશેષ થતી જોવામાં આવે છે; અને એવી અંધધુધીમાં ઉત્તમ દવાઓ અંધારામાં રહી જાય છે. પણ વાખત એવો આવ્યો છે કે, જોલે તેનાં જોર વેચાય છે; અને ખાટાં જોર પણ જાહેર ખબરોની બ્યૂગલો ઝૂકતાં ખપી જતાં જોવામાં આવે છે. ત્યારે મીઠાં જોર વાળાઓએ મૈત્ર્ય શા માટે ધારણ કરવું જોઈએ? ધાતુ પૈથિક ગોળીઓ અને ટૉનિક પિલ્સ જગતમાં ઉભરાઈ ચાલી છે, અને અલગત તે બધી ટૉનિક દવાઓ ઓછા વધતા પ્રમાણમાં કેટલાકને શમદાકારક નીવડતી હશે; અમારી આ પૈથિક ગોળીઓના સંબંધમાં અમો વધારે બોલવા ચ-હાતા નથી. ઢીલી પડેલી વીર્ય વાહીની રગોને મજબુત કરવામાં તે ધણીજ ઉત્તમ નીવડેલી છે અને તેથી તે ગોળીઓ પુરુષત્વને આપવાવાળી છે. ફક્ત વનરપતિનીજ બનાવટ હોવાથી કાંઈ પણ પરેજી વિના નિર્ભયપણે વાપરી શકાય છે. સ્ત્રી પુરુષોના વીર્ય અને રજ સંબંધી સર્વ વિકારોને મટાડી શરીરના સર્વ અવયવોને સુદૃઢ કરે છે; સર્વ પ્રકારના જીના પ્રમેહ (પરમા) ના રોગને દુરસ્ત કરે છે. સ્વપ્નાવસ્થામાં વીર્યપાત, વીર્યસ્રાવ, અને જનનેન્દ્રિય વ્યાપારના અતિયોગથી ઉત્પન્ન થતા નાના પ્રકારના વ્યાધિઓને આ ગોળીઓ જરૂર મટાડે છે; સ્ત્રીઓના ગર્ભાશયની અને ઋતુ સંબંધી ફરિયાદોને દુર કરે છે, અને ખાચન ક્રિયા ઉપર તે બહુજ સારું કામ કરી શકે છે.

પ્રત્યય.

તૈયાર છે. ગ્રાહકોએ લવાજમનો રૂ. ૧૧ તથા પોસ્ટેજનો અરધો આ-
નો, તેના ટીકેટા મોકલી મંગાવી લેવું.

દરેક કુટુંબ અને ઘરમાં આ પુસ્તક વંચાવવાની જરૂર છે.

ચરક—સુશ્રુત.

વૈદ્યવિદ્યાના આ બે આદિ અને સર્વોપરી મહાન્યાયોનાં મૂળ સાથે
ગુજરાતી ભાષામાં બાષાન્તરો પ્રગટ કરવાનો કેટલોક સમય થયાં અમારા
તરફથી ચાલુ ચાલે છે. સુશ્રુતનું બાષાન્તર “વૈદ્યકદ્વપતર” ચોપાનિયામાં બે
વર્ષ થયા છતાં હજી પથ્ય તેને ગુજા અંથના આકારમાં છપાવવાનો પ્રયત્ન
ચાલતો હોવાથી હવેથી તેમાં છપાવું બંધ કર્યું છે; અને “ચરક સહિતા”
ને અંથના આકારમાં છપાવવાનો અમારા તરફથી આરંભ થયો છે.

ધરવૈદ્ય.

ગુજરાતી ભાષામાં આજ સુધીમાં છપાયેલા વૈદ્યકના
અથોમાં સર્વથી ઉપયોગી તેમજ સર્વથી સસ્તો અથ
તૈયાર થાય છે—છપાય છે.

કદ રોયલ ૫૦૦ પૃષ્ઠ—કિંમત માત્ર રૂ. ૧૧ પોસ્ટેજ બુદ્ધ.

દરેક ઘરમાં ક્ષણે ક્ષણે ઉપયોગી થઈ પડે એવી બાબતો અને ઉપા-
યોનો અપૂર્વ સંગ્રહ આ અંથમાં કરવામાં આવેલો છે.

વૈદ્યકના અંથો અને દરદોના ઉપાયો એટલે દવાઓ સામાન્ય તેમજ
ગરીબ વર્ગના લોકોને માટે બાજકાલ બારે મોંઘી થઈ પડેલ છે અને તેથી
તે લોકો વૈદ્યકના જ્ઞાનથી તેમજ દરદોના ઉપાયોથી બેનસીબ બનેલા છે.
આ વાત ખાસ લક્ષમાં રાખીને મેં આ અંથ તૈયાર કરેલો છે, શરીર સં-
રક્ષણ અને આરોગ્યતાની સમય સમય અને પ્રસંગે પ્રસંગની સુચનાઓ
સાથે ઉપાયોનો જે સહેલો સંગ્રહ આ અંથમાં આપવામાં આવેલો છે તે
દરેક કુટુંબને એક સારા સલાહકાર અને ધરવૈદ્યની ગરજ સારી શકશે,
અને ગરીબ માણસ પણ આ ઉપયોગી અંથનો લાભ લઈ શકશે એવા હે-
તુથી દ્રવ્યાદિક લાભનો વિચાર બાળપણે મુકી દઈને એક વારનો આ અંથ
પડત કિંમતે પ્રજામાં વહેંચી આપવો એવો મેં સંકલ્પ કરેલો છે. આ
અંથની સંપૂર્ણ માહિતી માટે તેના સૂચીપત્રો અમારી પાસેથી મંગાવી
ખાત્રી કરો.

અમદાવાદ
રિચિરોડ.

વૈદ્ય જટાશંકર દીલાધર,
ગુજરાત આર્ય ઔષધશાળ

વૈદ્ય કલ્પતરુ.

વૈદ્ય સંબંધી ઉપયોગી વિષયો ચર્ચનાર
માસિક પત્ર.

A MONTHLY MEDICAL ADVISER.

પુસ્તક ૪ થું.

અગસ્ટ સને ૧૯૯૮.

અંક ૮ મો.

તંત્રી

વૈદ્ય જટાશંકર લીલાધર ત્રિવેદી

ગૂજરાત આર્ય ઔષધશાળા

અમદાવાદ.

વિષયાનુક્રમ.

વિષય.	પૃષ્ઠ.	વિષય.	પૃષ્ઠ.
પરમ પૂજ્ય અંકુબદ્રજીને પુષ્પાં-		અકસ્માત ઇજા થાય ત્યારે	
જલિ.....	૧૨૧	થું કરવું.....	૧૩૩
શરદ ઋતુ.....	૧૨૨	સારી સંતતિ શી રીતે કરવા	
જિજ્ઞાસુને જગ્યા.....	૧૨૬	કરવી ?.....	૧૩૫
વનસ્પતિ વર્ણન.....	૧૩૦		

અમદાવાદ—“પ્રજ્ઞાપ્રકાશ” પ્રીન્ટીંગ પ્રેસમાં મુદ્રાકૃત કર્યું.

વાર્ષિક મૂલ્ય

પોસ્ટેજ સાથે રૂ. ૧૫ અગ્રાઉધી. પાછળથી રૂ. ૧૫૫.

(સર્વ હક સ્વામિન.)

નીચેની લીટીઓ પર લક્ષ આપવા

તરફી વેશો?

૧. આપના તબક્કાથી લવાજમ ન મોકલવાનું હોય તો હવે વેળાસર મોકલવાની મહેરબાની કરવો અને સિદ્ધિ પુસ્તક પ્રાપ્તિ મંગાવી લેવો.
૨. ચોપાનિયું વે. પે. કરીને લવાજમ મંગાવી લેવાનો અમારો રીવાજ ઘણાંએક સરલ અહસ્તેને સારો સગવડ ભરેલો લાગેલો છે.
૩. પણ કોઈ કોઈ સંજોગોમાં તેમાં પોતાનું માન ઓછું થયેલું માનતા જણાય છે. તેમણે હવે પોતાની સગવડે તો મોકલવું જોઈએ છીએ.
૪. આહક થઈ લવાજમ મોકલવામાં જેઓ અમારા પર ઉપકાર કરેલો માનતા હોય તેમણે મહેરબાની કરીને ચડેલ લવાજમ મોકલી આપી ચોપાનિયું બંધન કરવું.
૫. આ ચોપાનિયાની ખુજ જાણવાવાળા ભાવીક વાંચનારાઓની સંખ્યામાં વધારો થતો જાય છે, અને તેથી ચીનના સાહુકારોનાં નામ અને અમારા લિસ્ટમાંથી છેકી કાઢવા માંડ્યાં છે.
૬. એવા પણ સાહુકારો પડેલા છે કે, આહક થતાં નવલશા હીરજી બનતા અને પૈસા માગતી વખત શરમ ભરેલાં બહાનાં કાઢતાં જોવામાં આવેલાં છે.
૭. આ ચોપાનિયું દ્રવ્ય પ્રાપ્તિને માટે નથી પણ સારા ઉપયોગી વચનના પ્રસાર માટે છે.
૮. એવો હેતુ લક્ષમાં રાખીને, કેટલાક ભાવીક વાંચનારાઓ, જેઓ પુરા પૈસા ખર્ચવાને અશક્તિ જણાવે છે, તેમને બનતી સગવડ આ ચોપાનિયાનો લાભ આપવાને અને ચુકતા નથી.
૯. આ ચોપાનિયાનાં આહુકોની સંખ્યામાં વધારો થાય છે તેનો લાભ આહુકોનેજ આપવામાં આવે છે.
૧૦. માટે અમારા આહુકોએ વધારે નહિ તો એક એક આહુક વધારી આપવાનું માથે લેવું જોઈએ.

વૈદ્યકલ્પતર.

પુસ્તક ૪ થું.

ભાદરવો સને ૧૮૯૮.

અંક ૮ મો.

પરમપૂજ્ય ઝંડુભટજીને પુષ્પાંજલિ.

ધર્મિષ્ઠઃપ્રવિચારગુક્તહૃદયશાંતશુચિશુદ્ધધી ।

ધીરોઽધર્મમયોવિવેકનિપુણોમધ્યાચિનંમાનદઃ ॥

નિત્યંરોષિષ્ણોપચારચતુરોસર્વપ્રિયોતુષ્ટિમા-

ન્નિત્યંસર્વગુણાકરોનૃપવરેઃપૂજ્યોહિષ્ઠંડુભટઃ ॥ ૧ ॥

જિ. વૈ મદ્.

સારઠા.

- આયુર્વેદચાર્ય, હવ ૧ અહિછત્રા તાણા,
અનેક અદ્ભુત કાર્ય, કરી કૈસાસે સંચર્યા. ૧
આયુર્વેદોન્ધાર, કર્યા જન્મ્યા જગ વિષે;
ધન્યંતરી અવતાર, જતાં જગત્-દિલગીર છે. ૨
જતાં શ્રી વિભોજનમ, જરા ન ગાદયું જગતમાં;
ધન્યંતરીનું ધામ, સનું લાગે આ સમે. ૩
અતિશય દીલ ઉદાર, ૨ અપર જનમ આપે હતા;
દિલગીરી દીલ અપાર, વૈદરાજના વિરહથી. ૪
આતે શો ક્રિયાત; વિપમ સમય આ શો અરે!
મહા પુરૂષનો ધાત, કરવા માંગ્યો દૈવ તે. ૫
કર કાળ વિકરાળ, ક્યાંથી આવ્યો કરમો;
દાના પરમ દયાળ, ઝંડુભટ ઝડપી ગયો. ૬
ગુટિકા ને અવલેહ, રસાયનાદિક ઔષધો;
૬૪ ઊગાર્યા દેહ, કીર્તિ-સ્તાવન કોટી કર્યા. ૭
૩ જીવન વર્ષેક જેહ, ૪ જીવનદાતા જીવના,
૫ જીવન શોધક તેહ, જીવનના જીવન હતા ૮

૧ અહિ-છત્રા=પ્રશ્નોરા નાગર.

૨ બીજા જનમ સાહેબ જેવા.

૩ જીંદગી.

૪ પાપણ.

૫ જીવન નામન ઔષધ

કરી નવિન ઉપચાર, અનૈક જીવ ઊગાર્યા;
 એ અનહદ ઉપકાર, ધન્ય ધન્ય ધન્યંતરી. ૯
 તણવત માની ધન, લાખો રકમ જતી કરી;
 એ દટતાને ધન્ય, ધન્ય દયા નિર્લોભતા. ૧૦
 સત્ય, સંપ, સુવિચાર, નીતિમત્તા ને નમ્રતા;
 તેનો થવા પ્રચાર, અનુકરણિય સદા રહ્યા. ૧૧
 સમાન સઘળા જીવ, ગરીબના બેલી ખસ;
 ધન્ય પ્રકૃતિદિવ્ય, “ જગન્મિત્ર ” પદ સત્ય છે. ૧૨
 ઉત્પતિ કરવા આશ, પ્રશ્નોરા નાગર તણી;
 પ્રેમે કર્યા પ્રયાસ, ઉજ્જવળ જ્ઞાતિ આપથી. ૧૩
 શતાયુજન સૌ થાય, એજ મહેઞ્છા એમની;
 અનુપમ કર્યા ઉપાય, દટતાને કિસાદથી. ૧૪
 સત્ય કહે છે લોક, ઇશ્વર ઇચ્છા મુખ્ય છે;
 કરવો ઓછો શોક, મુક્ત પ્રતાપો મહાનનો. ૧૫
 પરમપૂજ્ય ગુણુગ્રામ, ધર્મ મૂર્તિ કરુણાનિધિ;
 પ્રેમે કરી પ્રણામ, અર્પું આ પુષ્પાંજલિ. ૧૬

ખોટાદ.

તા. ૧૭-૬-૮૮

દ. વૈ. ભટ્ટ.

શરદ નેતુ.

The Season of Sharad.

શરદ ઋતુની સ્વારી આવી પહોંચી છે. રોગોના રાજ તાવની ઘેર
 ઘેર મધરામણી થવા માંડી છે. ઝકટરો અને વૈદોના ધંધામાં આ ઋતુથી
 તેજ થયેલી છે. ઇસ્પીતાલો અને દવાખાનાંઓમાં દરદીઓની ભીડ થવા
 માંડેલી છે. તાવે પોતાના વરસો વરસના ભાવી ઉપાસકોની સંભાળ લેવા
 માંડેલી છે. તાવ તેમને કદિ છોડવા માગે પણ બિચારા ભાવી ભક્તો તા-
 વને છોડવા માગતા નથી અને તેથી તેઓ તાવની ભેટ લેવાને તૈયાર
 થયેલાજ રહે છે! આવી આકૃતથી ભરેલી ઋતુના ભયની સામે થવાને
 સંભાળીને ચાલવાને અમોએ આ ચોપાનિયામાં પ્રસંગોપાત સૂચનાઓ આ-

પેલી છે તે અમારા વાયક્રોને સ્મરણમાં હશે. તથાપિ એ અગત્યની સૂચનાઓ વાંચનારાઓના મનમાં સદા તાજી રહેવાની અને તાજી કરવાની જરૂર હોવાથી અમે ફરીથી એકવાર એ સંબંધી કુંકમાં બોલીશું તો તેનું નિર્વચક ગણાશે નહિ.

અમોએ જણાવેલું છે કે, વરસની છ ઋતુઓમાં શરદ ઋતુ રોગની મુખ્ય મોસમ છે. માણસોના શરીરમાં પિત્ત નામનો ધાતુ આ ઋતુમાં પ્રકોપ પામે છે અને એ પિત્તનો પ્રકોપ એજ તાવ છે. આ પિત્તનો આ ઋતુમાં વિશેષ પ્રકોપ શા કારણથી થાય છે તે અમોએ અગાઉ ઘણીવાર સમજાવેલું છે. વર્ષા ઋતુમાં પિત્તનો શરીરમાં સંચય થાય છે. ગ્રીષ્મ ઋતુમાં એકઠો થયેલો વાયુ વર્ષામાં પ્રકોપ પામે છે અને વર્ષાના વાયુની શાંતિના ઉપજી ઉપચારોથી તેમજ ઋતુનાં બીજાં કારણોથી વર્ષામાં પિત્તનો સંચય થાય છે અને જ્યારે વાદળાં ખુલ્લાં થઈ તાપ પડે છે ત્યારે બહારથી પણ ગરમી જોર કરે છે; અને તેથી પિત્ત વધારે જોર કરી દે છે.

ઋતુઓના ફેરફાર એ દૈવકૃત ફેરફારો છે. એ ફેરફારો અથવા ઋતુઓના ધર્મનો આપણે અટકાવ કરી શકતા નથી. તથાપિ તે ફેરફારોને અનુસરીને આપણે આપણા ખાનપાનના તથા રહેવાના નિયમોમાં ફેરફાર કરી નાખીએ તો એ ફેરફારો આપણને કાંઈ પણ બાધ કરી શકતા નથી.

આ ઋતુમાં પિત્તનો પ્રકોપ થાય છે, એ વાત નિઃસંશય છે. કાંઈને થોડો તો કાંઈને ઝાઝો. પિત્ત પ્રકૃતિવાળાઓને વિશેષે કરીને પિત્તનો ઉપદ્રવ થઈ આવે છે. પિત્તના ઉપદ્રવના ચિન્હ તરીકે તાવ ચડે છે અને પિત્તની ઉલટીઓ થાય છે. આ ઋતુમાં કેટલાક ભાગમાં તો સેંકડે ૭૫ માણસોની તાવ ખબર લે છે.

આ ઋતુ શાંતિના ઉપાય તરીકે વિદ્વાન વૈદ્યોએ ઉપાયો બતાવ્યા છે અને શાસ્ત્રકારોએ નિયમો બાંધ્યા છે. પણ ચાલતા સમયમાં એ ઉપાયોની કેવળ ઉપેક્ષા થયેલી છે, અને સાધારણ તાવ કે ઉલટી થતાં જ લોકો હાથમાં શીશી લઈ 'ઝાકટરની પાસે દોડી જવાનું' શીખ્યા છે. ઝાકટરો ઉચ્ચ ઉપાયોવડે તાવને પરાણે મુશ્કે બાંધીને શાંત કરી દે છે. દરદી રાજી થાય છે કે મારો તાવ ઝાકટર સાહેબે એકદમ અટકાવી દીધો! વૈદ્યો તાવ મટાડતાં વાર લગાડે છે અને તેથી આજકાલ તાવનો ખરો ઇલાજ ઝાકટરોનાજ હાથમાં છે એવું મનાયું છે. લોકોની વૃત્તિને અનુસરી કેટલાક વૈદ્યોએ પણ સમય વિચાર્યો છે અને તેથી તેમણે પણ સોમક, ધતુરો, વછનાગ, હરતાલ

વગેરે ઝેરી દવાઓનો આશ્રય લેવા માંડેલો છે. આ દવાઓ પણ અંત્રેજી દવાઓની પેઠે તાવને એકદમ અટકાવે છે, રોકે છે, દબાવે છે. આ દવાઓનું છેવટ શરીરમાં પરિણામ શું આવે છે તેની તેઓ બહારાત જાણે ! ડાક્ટરો કવીનાઈન, એન્ટીપાઈરીન અને એન્ટી ફિઝીન જેવી ઝેરી દવાઓ આંખો મીંચીને આપે છે, તો પછી વૈદ્યો શું કરવા બાકી રાખે !

પણ આ પ્રકારના ઉપાયોનું પરિણામ કેવું આવે છે, તેનો આપણે કશો પણ વિચાર કરીએ છીએ ? વારંવાર ઉથલા મારીને અથવા વરસો વરસ તાવ આવીને ઉભો રહે છે, એ એવાજ ઉપાયોનું પરિણામ છે. જો યોગ્ય ઉપાયોવડે શરીરમાંથી તાવની જડ કાઢી નાખવામાં આવી હોય તો, ઘણાખરા તાવના દરદીઓને તાવના વારંવાર ઉથલા આવે છે અથવા દર વર્ષે ચોક્કસ વખતે તાવ હાજરી આપે છે, તેમ કદિપણ થવા પામે નહિ.

પણ અમે તો ત્યાંમુઠી પણ બોલીએ છીએ કે, જો આપણે ઋતુના નિયમોને અનુસરી વર્તવાને શીખીએ અને ઋતુને અનુસરી આપણા આહાર વિહારના નિયમો રાખતાં શીખાએ તો પછી દવા દારૂની આપણને જરૂરજ શામાટે પડવી જોઈએ ? જેમ જેમ કુદરતી નિયમો અને તન્દુરસ્તીનાં ધોરણો પર આપણે પગ દેતા ગયા છીએ, તેમ તેમ આપણને નવા નવા ઉપાયોની જરૂર પડતી ગયેલી છે, અને પૃથ્વીપર હજારો અને લાખો ઉપાયો થઈ પડેલા છે, તેનું કારણ પણ એજ છે. તમે કુદરતી નિયમોને અનુસરી વર્તો, એટલે તમને દવા દારૂની જરૂર પડવાની નથી.

શરદ ઋતુના આરંભમાં, અથવા અમુક વખતે તાવનો ઉપદ્રવ થાય છે એવું સમજવામાં આવતું હોય તે પહેલાંથીજ આહાર વિહારનો ફેરફાર કરી નાખવા પ્રાચીન આર્ય વૈદ્યો ભલામણ કરે છે, તે બહુ લક્ષ આપવા યોગ્ય છે. ખાસ આ શરદ ઋતુને માટે એવી ભલામણ કરવામાં આવી છે કે, એ ઋતુના આરંભમાં એકાદ જુલાબ અને ઉલટીનો ઉપાય કરી લેવો જુલાબ અને ઉલટીથી પિત્તનો જેસ ચડેલ હોય તે એકદમ ઓછો થાયછે જુલાબમાં પણ હીમજ અથવા હરડે જેવા સહેલા અને સાદા જુલાબની ભલામણ કરવામાં આવે છે. બની શકે તો અગર શક્તિ હોય તો એ પ્રમાણે કરીને પછી આ ઋતુમાં પિત્તની શાંતિ કરે એવા આહાર કરવાની અને પિત્તહર તથા જ્વરહર ઉપાયો તરીકે લીંબડાની અંતર છાલ, ગજો, કરીયાતુ, કડુ વગેરે કડવા પદાર્થોનું સેવન કરવાની ભલામણ કરવામાં આવેલી છે. ખોરાકમાં પિત્ત કારક પદાર્થોનો ત્યાગ અથવા ઘટાડો કરીને

પિત્તની શાંતિ કરે એવા જે પદાર્થોનું વિશેષ સેવન કરવા કહેલું છે, તેમાં ચોખ્ખા, દુધ અને સાકર મુખ્ય છે. ગરીબ ક્ષોદ્રો જેઓ દુધ સાકર મેળવવાને અશક્ત હોય છે, તેમણે તેની અવેજીમાં બીજો સાદો ખોરાક લેવો. પિત્ત કરનાર પદાર્થો, જેવા કે મરચાં, આંબલી, ગરમ મશાલા, અથાણાં, રાયતાં, નવો ગોળ, દહીં, વગેરે જેમ બને તેમ ઓછા પ્રમાણમાં લેવા. એકાદ વરસ આ નિયમ પ્રમાણે વરતવાથી તમારી ખાત્રી થશે કે, ઋતુના નિયમો પાળવાથી તે તે ઋતુના વિકારો અને વ્યાધિઓ તમારાથી છેટે નાશતા ફરશે અને હાલતાં ને ચાલતાં દવા ખાઈ શરીરને પાવમાલ કરવાની પટેલી ટેવ દૂર થશે.

જિજ્ઞાસુને જવાબ.

Correspondence.

(ગયા અંકના પૃષ્ઠ ૧૧૪થી બાકી)

જિજ્ઞાસુનો બીજો પ્રશ્ન એવો છે કે “ ગર્ભ બંધાવાને માટે કયો વખત અથવા કઈ ઋતુ અનુકૂળ કે પ્રતિકૂળ છે. ” આ સંબંધમાં વિદ્વાન વૈદ્યો અને ડાક્ટરો કોઈ એક ચોક્કસ નિર્ણયપર આવી શક્યા નથી. પણ પ્રાચીન આર્ય વૈદ્યકશાસ્ત્ર આ વિષયમાં એક એવો અભિપ્રાય આપે છે કે, જે ઋતુમાં અથવા વર્ષના જે વિભાગમાં માણસોના શરીરમાં રસકસ અને બળની વૃદ્ધિ થયેલી હોય એવી ઋતુ ગર્ભાધાન માટે વધારે યોગ્ય છે. અમે જણાવેલું છે કે ઉત્તરાયનના સૂર્ય એક પછી એટલે સંક્રાંતિ ગયા પછી પ્રાણીઓના શરીરમાંથી રસકસ ઉત્તરોત્તર ઓછો થવા માંડે છે. ઉત્તરાયનના છ માસ પોસ અથવા મહા માસથી એટલે બનેવારીથી શરૂ થાય છે, અને અશાઠ અગર શ્રાવણ એટલે જુન જુલાઈ માસમાં સમાપ્ત થાય છે. બાકીના છ માસ એટલે જુલાઈથી ડીસંબર સુધી દક્ષિણાયન ગણાય છે. દક્ષિણાયનમાં પ્રાણીઓના શરીરમાં ઉત્તરોત્તર રસકસની અને બળની વૃદ્ધિ થાય છે. આ હિસાબે, ઉત્તરાયનના છેલ્લા ૪-૫ માસનો ત્યાગ કરતાં અને દક્ષિણાયનના પહેલા એકાદ માસનો ત્યાગ કરતાં બાકીના છ માસ જેમાં મુખ્ય કરીને શરદ હેમંત અને શિશિર ઋતુઓનો સમાવેશ કરી શકાય છે, તે ત્રણ ઋતુઓના છ માસ અને તેમાં પણ શિશિર એટલે શિયાળો ગર્ભાધાનને માટે વધારે યોગ્ય છે આ વિચારમાં સ્ત્રીઓની રજસ્વલાપણા-

ના સ્થિતિનો પણ સમાવેશ કરી શકાય છે. સ્ત્રી છેટે બેઠા પછા ઓછામાં ઓછા ત્રણ દિવસ અને વધારેમાં વધારે તેને ઋતુ દેખાય ત્યાં સુધી ત્યાગ કરવા યોગ્ય છે. એવા દિવસથી અગર ઋતુ દેખાતું બંધ થયા પછીના ૧૨ દિવસો ગર્ભાધારણને યોગ્ય છે. કુદરતના નિયમો અને તેને અનુસરી બાંધેલાં શાસ્ત્રો તો એ પ્રમાણે આજા કરે છે. પણ તે પ્રમાણે વર્તે છે કોણ? માણસ જાત પશુ વ્રતિની પેઠે આવરણ કરે છે; અરે! પશુથી પણ અધમ પણ વર્તે છે, કેમકે પશુઓ તો નિયમ પ્રમાણે આકસ સમય કે ઋતુમાં જ સંયોગ કરે છે. જ્યાં ઋતુ કાળ, સમય કે યોગ્યાયોગ્યતા કશે વિવેકજ્ઞ જોવામાં નથી આવતો ત્યાં અમુક ઋતુમાં ગર્ભાધાર થવાની વાતો કરવી એ હાલમાં તો નિર્થક છે!

ત્રીજા પ્રશ્નથી જે વાત માગવામાં આવેલી છે તે પહેલા પ્રશ્નના જવાબી કુદરતી ધોરણ વિરૂદ્ધ છે. ફળદ્રુપ ભૂમિમાં ક્ષાર નાખવાથી તે ભૂમિ વાંઝણી થાય છે. એ વાત આપણે સારી રીતે જાણીએ છીએ. દવાના યોગથી સ્ત્રીરૂપી ક્ષેત્ર પણ એવી રીતે દૂષિત થાય તો તેમાં આશ્ચર્ય નથી. ભૂમિ અને સ્ત્રીમાં જન્મ આપવાનો કુદરતે ધર્મ મૂકેલો છે. આ વિષયમાં ફળની ઉત્પત્તિ એ નિયમ છે, અને ફળની અપ્રાપ્તિ એ અપવાદ છે. નિયમને છોડી અપવાદમાં જવામાં સદૈવલાની છે. ક્ષેત્ર દૂષિત થયા વિના સ્ત્રીને વધ્યન્વ પ્રાપ્ત થવાનો સંભવ નથી અને દૂષિત ક્ષેત્રમાં કાંઈ પણ રસકંસ હોવાનો સંભવ નથી. સ્ત્રીસંયોગ વિષય વાસનાને માટે નથી પણ સારી બળવાન અને બુદ્ધિવાન પ્રજા ઉત્પન્ન કરવા માટે છે. કુદરતનો એવા હેતુ છે, અને તેથી ફળના સંભવને દુષ્ટ ઉપાય વડે ફર કરવા એ પાપ છે.

સ્ત્રી જાતિમાંથી વિષય વાસના ક્યારે ઓછી થાય? એ પ્રશ્નનો વિચાર કરતાં તેને માટે કાંઈ પણ લઘુ હોય એમ જણાતું નથી કેમકે વિષય વાસના એટલે વિષય તરફ આસક્તિ અથવા પ્રીતિ રહ્યા કરવી એ કાંઈ કુદરતી નિયમ નથી પણ માત્ર ટંચ અથવા આદતનું કારણ છે. સ્ત્રી કે પુરૂષ વધારેતો એવી વાસનાની લઘુ પણ કરી શકે. વાસના વધારી વધી શકે અને ઘટાડી ઘટી શકે. પ્રજા ઉત્પન્ન કરવાનો સંયોગ ધર્મ છે તે અને વિષયાસક્તિ એ બન્ને જુદી જુદી વાતો છે. એક સ્વાભાવિક છે. બીજું કૃત્રિમ છે. સ્ત્રીને ૫૦ વરસની ઉંમરે ગર્ભનો સંભવ બંધ પડે છે અને લગભગ એજ વયમાં અથવા છેવટ ૫૦ થી ૬૦ વરસની વય સુધીમાં રજો ધર્મ પણ બંધ પડે છે. અને રજો ધર્મ બંધ પડ્યાની સાથે ફળ પ્રાપ્તિના

સંભવ નાશ પામે છે. પણ તેથી વિષય વાસના નાશ પામતી હોય એવું માની શકાતું નથી. વિષય વાસના બંધ પડવી એ મનના નિગ્રહ પર અને આદત પર બહુ આધાર રાખે છે. કેટલાંક માણસો બહુ નિયમી જોવામાં આવે છે અને કેટલાંક અતિ વિષયી અને લંપટ જોવામાં આવે છે, તેનું શું કારણ છે? જોઓ નિયમી છે તેઓ શું ઓછા પુણ્યવાળાં છે અને જોઓ લંપટ છે તેઓ શું વધારે અગવાળાં છે? નહિજ. ખરી વાત એથી ઉલટીજ છે. જેમ ખાનપાનનાં વ્યસનો અને આદતો વધાર્યા વધે છે અને ઘટાડ્યાં ઘટે છે, એવીજ રીતે વિષય વાસના વધારી હદ ઉપર વધી શકે છે અને ઘટાડી ઘટી શકે છે.

શરીરનાં મુખ્ય અંગો.

Organs of Body.

શરીરમાં માથું અને ધડ એ બે મુખ્ય અંગો છે. આપણે આપણા શરીરને મુંબઈ જેવા એક શહેરની કિપમા આપીએ તો માથું એ “ક્રાટ” અને ધડ એ “બહાર ક્રાટ” છે. મુંબઈ શહેરમાં “ક્રાટ” એ તે શહેરનો સર્વોત્તમ ભાગ છે, તેમ શરીરમાં મસ્તક એ સર્વોત્તમ અંગ છે. મુંબઈ શહેરની હયાતી અને આબાદીનું સર્વ તત્ત્વ ક્રાટમાં છે. સત્તાનાં સ્થાનો, ન્યાયનાં મંદિરો, બુદ્ધિને ખીલવનારાં વિદ્યાલયો, અને આખા શહેરની આબાદી માટે વેપાર ઉદ્યોગની મંદાટી પેઢીઓ અને ઓશીસો ક્રાટમાં આવેલ છે, તેમ શરીરની સર્વ સત્તા, ન્યાય અને બુદ્ધિનું સ્થળ મસ્તકમાં છે. ક્રાટ અને બહાર ક્રાટને સાંકડા જમીનનો કટકો સાંધે છે તેમ માથું અને ધડ ડોકથી સંધાયેલું છે. ક્રાટમાંથી બે મોટા રસ્તાઓ આપણને બહાર ક્રાટમાં લઈ જાય છે; એક “મારકેટ” વાળો રસ્તો અને બીજો ગીરગામ જવાનો રસ્તો. એવીજ રીતે મસ્તકમાંથી ધડમાં જવાના બે નળ સરખા ધોરી રસ્તા મુકેલા જોવામાં આવે છે; એક આગલો અન્ન નળ અને બીજો જ્ઞાન રજ્જુઓનો બરડાની કરોડમાં ઉતારેલો પાછલો નળ. મુંબઈના બે ભાગમાં બહારક્રાટ જેમ બહુ વિશાળ અને વિસ્તાર વાળો ભાગ છે તેમ શરીરના બે ભાગમાં ધડ મોટું અને વિસ્તારવાળું છે. મુંબઈ શહેરમાં જેમ અસંખ્ય રસ્તાઓ, ગલીઓ, શેરીઓ, પાણીના નળો, ગંદા પાણીના નળો, ગ્યાસની નળીઓ અને નિકાસનાં દારો છે, તેમ શરીરમાં અન્ન, પાણી, પવન, લો-

હી, બગડેલ લોહી વગેરેને એક બાગમાંથી ખીજા બાગમાં ફરી વળવાના રસ્તાઓ—અન્નનળ, આંતરડાં, ધોરીનસો, વાતવાહિની નળીઓ મૂકેલી છે. વળી મુંબઘમાં ટેલીઆફ અને ટેલીફોનનાં અસંખ્ય દોરડાં આખા શહેરમાં પરસ્પરના સમાચાર જાણવા માટે પથરાયેલાં છે, તેવીજ રીતે શરીરમાં અસંખ્ય જ્ઞાનતંતુઓપી બારીક તંતુઓની એક જાળ આખા શરીરમાં ફરી વળેલ છે, જે જનસુસોની પેઠે શરીરના જુદા જુદા ભાગની ખબરો અને ફરીયાદો શરીરના અધિપતિ મગજને પહોંચાડે છે. બહારકોટમાં જેમ પ-રેલ, માહીમ, મહાલક્ષ્મી, વાંદરા વગેરે છેડેનાં પરાં છે. તેમ શરીરના ધડમાં હાથ, પગ, વગેરે છેડે સુધી ગયેલા અલગ અવયવો પણ છે. મુંબઘ શહેરનાં સર્વ ગંદવાડનો નિકાસ બહારકોટ તરફ કરવામાં આવેલા છે તેમ શરીરમાંનાં મળમૂત્રાદિકના કચરાનો નિકાસ ધડના છેડા પરથી કરવામાં આવેલો છે. મુંબઘ શહેરના હાફેમની મુખ્ય ઓશીસ કોટમાં છે, તેમ આ શરીરના હાફેમ “ જીવાત્મા ” ની મુખ્ય ઓશીસ મસ્તકમાં છે. જેમ મુંબઘ શહેરની આબાદી, હયાતી, સ્થિતિ અને સુલેહ શાંતિનો આધાર ગવર્નરની સત્તા અને તેની દેખરેખ નીચે ચાલતાં પોલીસ મ્યુનિસિપલ વગેરે, ખીજાં ખાતાંપર પણ રહેલો છે, તેવી રીતે શરીરની હયાતી અને સુખશાંતિનો આધાર હૃદય, ફેફસાં, યકૃત, આંતરડાં વગેરે પર રહેલો છે. જે એમાંનું એક પણ ખાતું બગડે તો મુંબઘ શહેરની પાયમાલી કરી શકે, તેમ શરીરના આધાર ભુત આ અવયવોમાંનો એક પણ અવયવ બગડે તો શરીરનો નાશ કરી શકે છે. આ પ્રમાણે શરીરને એક શહેરની સાથે સરખાવી જોવાથી શરીર સંબંધી રચનાનો કાંઈક ઠીક ઠીક ખ્યાલ આપણને આવી શકે છે. હવે શરીરનાં આ મુખ્ય અંગોનાં ઉપાંગો એટલે પેટાનાં અંગો અથવા અવયવો વિષે વાત કરીએ.

માથામાં બહાર દૃષ્ટિએ પડતા અવયવોમાં માથાની ખોપરી અથવા મગજની તુંબડી, જેવા માટે બે આંખો, સાંભળવા સાડ બે કાન, સુંઘવા સાડ બે નસકોરાં, અને ખોલવા સાડ મોટું છે. મોંની અંદર દાંત, તાળવું, અને સ્વાદ જાણવાની ઇંદ્રિ જીભ છે. મસ્તકથી નીચે ડોક છે, જે ધડને સાંધે છે. ધડની બે બાજુમાં બે હાથ છે અને ધડની નીચે બે પગ છે. હાથ પગના છેડાઓમાં આંગળાં છે. આખું શરીર એવું અજનયન રીતે બનેલું છે કે, તેની ડાબી જમણી બે બાજુઓ એકજ સરખી આકૃતિની બનેલી છે, એટલે કે, જે શરીરને તેની લંબાઈમાં મધ્યમાંથી ચીરીને ડાબા

જમણાં એ અર્ધાં અંગ ગુદાં પાડ્યાં હોયતો બન્ને પાટલ્યાં પટલાઈ જાય.

માથામાં એ ગોખલા અથવા પોલા ભાગ છે. એક મોંનો ગોખલો અને બીજો ખોપરીનો ગોખલો. મોંની પોલમાં મોં, જીભ, દાંત વગેરે છે, અને ખોપરીમાં જાનતંતુઓ અને ગતિતંતુઓનો સંગ્રહ છે. તંતુઓના આ સંગ્રહને “ મગજ ” એવું નામ આપવામાં આવેલું છે. મોંદાના ગોખલા માંથી એક નળ ડોક વાટે છાતીમાં થઈને પેટમાં ઉતરે છે, તે અન્ન નળ કહેવાય છે અને ખોપરીની પોળમાંથી એક નળ પાછલા ભાગમાં બરડાન કરોડમાં ઉતરે છે, જે “ કરોડ રજ્જુ નળ ” ના નામથી ઓળખાય છે.

માથાની પેઠે ધડમાં પણ એ મ્હોટી પોળો છે. એક છાતીની પોલ અને બીજી પેટની પોળ. છાતીનું પાંજરું એક ટ્રાઈડીના જેવું છે. તેમાં બે ફેફસાં, (Lungs) અને હૃદય, (Heart) આવેલ છે; તથા મોં-માંથી ઉતરેલો અન્ન નળ છાતીમાં થઈને નીચે જાય છે. સ્ત્રીઓને છાતીમાં બે સ્તન આવેલાં છે. છાતી તથા પેટની વચ્ચેમાં માંસની એક મોટી દિવાલ આવેલી છે. અન્ન નળ તે દિવાલમાં થઈને પેટમાં ઉતરેલો છે. પેટની પોલમાં યકૃત (Liver), પ્લીહા (Spleen-ખરલ) હોજરી અને આંતરડાં આવેલાં છે. હોજરી એ મસકના આકારનો અન્ન નળનોજ પહોળો ભાગ છે. ત્યાંથી એ અન્ન નળ સાંકડો થઈને નીચે ઉતરે છે, જેને આપણે નાનું આંતરડું કહીએ છીએ. આ આંતરડું ઘણું લાંબુ અને ગુંચળાંના આકારે પેડુમાં પડેલું છે. તે એકજ છે છતાં તેને “આંતરડાં” કહેવામાં આવે છે. આ આંતરડું પેટની જમણી બાજુએ પાછું ઉપર ચડી ડાબી બાજુએ નીચું ઉતરે છે અને ગુદા સુધી જાય છે. ડાબી બાજુએ નીચે ઉતરતાં તે પાછું ટુલીને મોટું થયેલું છે, જેમાંથી મળ ઉતરે છે, અને તેથી એ આંતરડાના એ ભાગને મળાશય કહેવામાં આવે છે. અન્ન નળ, હોજરી, નાનાં આંતરડાં, મોટું આંતરડું, મળાશય એ બધાં પ્રથક પ્રથક નામ છતાં વાર્તાવિક રીતે તે એકજ નળના બધા ભાગ છે, તે નળ ગળાથી તે ગુદાના દ્વાર સુધી પહોંચેલો છે. પેટની જમણી બાજુમ. “ યકૃત ” પેટના જમણા પડખામાં આવેલ છે અને “ પ્લીહા ” ડાબા પડખામાં છે. ધડના નીચલા છેડાપર મૂત્રાશય એટલે બે બાજુપર બે ટુક્કા આવેલા છે, જેમાંથી મૂત્ર મૂત્ર માર્ગની નળી વાટે બહાર આવે છે. મૂત્ર નળીની નીચે વૃષ્ણની ટ્રાયળી આવેલી છે. સ્ત્રીઓને પેડુમાં ગર્ભાશય છે, જે રક્તપરના જેવી રિયતિસ્થાપક થેલી છે; અને મૂત્ર દ્વારને મોટે

નળીને બદલે યોની છે. ધડના પાછલા ભાગમાં બરડાની કરોડ આવેલી છે, જેનાપર આખું ધડ ટકેલું છે. આ કરોડમાં એક પોલી નળી ઉતારેલી છે. આ નળી મગજની ખોપરીથી તે છેક નીચે કેડ સુધી પહોંચેલી છે. આ કરોડની નળીમાં બારીક ધોળા તાંતણા છે, જેની જાળ આખા શરીરમાં ફેલાયેલી છે, અને તેના છેડા મગજને મળેલા છે.

વનસ્પતિ વર્ણન.

The Vegitable Materia Medica.

(પૃષ્ઠ ૧૨૦ તું અનુસંધાન)

ઐરંડા.

ઉપયોગ—ઐરંડાનું મૂળ જુદા જુદા વાતહર ક્વાથોમાં ઉપયોગમાં આવે છે. વાત-વ્યાધિના બે પ્રકાર છે. જે વાતવ્યાધિ મગજની સાથે સંબંધ રાખે છે એટલે મગજમાં કંઈ વિકૃતિ થવાથી મતિનો ભ્રમ, કંપવા, ચિત્તભ્રમ વગેરે થાય છે, તે પહેલો પ્રકાર, અને જે વાતવ્યાધિમાં સાંધા ઝલાય છે, શૂળ નીકળે છે અને સોજે થાય છે તે બીજો પ્રકાર. ઐરંડા મૂળ આ બીજા પ્રકારના વાતવ્યાધિમાં ફાયદો કરે છે. શૂળ સાથેના “આમવાત” નામના રોગમાં ઐરંડાનાં મૂળનો ક્વાથ બહુ ઉપયોગી છે. કો-બ્લુશીર્ષ એટલે પગનો જાન-હવો જેમાં ગોઠણમાં સખ્ત સોજે થઈ આવે છે અને બહુ પીડા થાય છે તેમાં દશ મૂળના ક્વાથમાં ઐરંડાનાં મૂળ નાંખી પીવાથી ઘણો સારો ફાયદો આપે છે, શૂળ નીકળતું હોય તો ઐરંડાનાં મૂળનો કાઢો કરી તેમાં હિંગ તથા સંચળ નાંખી પીવાથી શૂળ દબાય છે. કટિશૂળ એટલે કેડમાં શૂળ નીકળતું હોય તો મૂળના કાઢામાં જવખાર નાંખી પીવો, તેથી કફને લીધે નીકળતું શૂળ તેમજ છાતી અને પીઠનું શૂળ પણ મટે છે. ધતુરાના ઝેરમાં લાલ ઐરંડાનાં મૂળ પાણીમાં વાટી પીવાની બદલામણ કરવામાં આવેલી છે.

ઐરંડાનાં ખાન સોજે ઉતારવામાં સારાં છે. પાન ઉપર તેલ લગાડીને વરાળીયાં કરી સોજવાળા ભાગપર બાંધવા. ગર્ભવતી સ્ત્રીનાં રતન પાકે છે તેમજ છોકરું ધાવતું હોય છે ત્યારે પણ ઘણી વખત રતન પાકી આવે છે, ત્યારે ઐરંડાનાં પાન રતન ઉપર મૂકવાથી સોજે હલકા પડે છે.

અને દુધ ઝરતું બાંધ પડે છે. આંખ ઉઠવામાં જ્યારે આંખે સોજા થઈ આંખ હોડા જેવી પાકી આવે છે ત્યારે એરડાનું પાન જરા ગરમ કરી આંખે બાંધવાથી સોજો હલકો પડી જાય છે, તથા આંખનો ખટકો પણ બેસી જાય છે. વૃષણના સોજાપર પણ એ પાન બાંધવામાં આવે છે. વાળો નીકળે છે ત્યારે વાળાનાં સોજાપર તે પાન બાંધવાથી સોજો હલકો પડે છે એટલુંજ નહિ પણ વાળો બહાર આવ્યા પછી તેનાપર એરડીકું મુકવાથી તે નરમ રહે છે અને જલદી બહાર આવે છે.

એરંડીઉં તેલ એટલે એરડાનાં બીજ જેને એરંડી કહેવામાં આવે છે તેને પીલવાથી અથવા ઉકાળવાથી તેલ નીકળે છે તે. આ તેલ દવા તરીકે ઘણાએક રોગમાં અપાય છે. તે તેલ વાયુને દૂર કરી દસ્ત લાવે છે. આ તેલ એકલું પીવું ઘણું વશમું છે માટે તેને દુધની સાથે, ચાની સાથે અથવા બીજા કાંઈ કડવા રસની સાથે પીવું ઠીક પડે છે. મોટાંને માટે તેલનું મધ્યમ વજન બે રૂપીઆભાર છે. સખ્ત કોઠાવાળાને ચચાર રૂપીઆભાર એરંડીયા તેલથી પણ બરાબર દસ્ત થતો નથી. બે વર્ષની અંદરનાં બાળકને ઉમરના પ્રમાણમાં થોડાં ટીપાંથી છેવટ બે આનીબાર પાવું. બેથી પાંચ વર્ષનાં બાળકને પાવલી બાર અને પાંચ વર્ષની ઉપરનાં બાળકને એક રૂપીઆ ભાર, એવી રીતે તેની માત્રા છે. અજીર્ણમાં એરંડીઉં તેલ સારો ફાયદો કરે છે કેમકે તેથી નહિ પચેલો ખોરાક બહાર નીકળી જાય છે, ને પેટમાં કંઈ દરદ હોય છે તો તે બંધ પડે છે. આમત્રાત એટલે મરડાના દરદીને દરદ સાથે જાડા થયા કરે છે. આંતરડાંમાં મળ અથવા કાંઈ બોજાદાર પદાર્થ ભરાઈ રહે છે ત્યારે મરડો થાય છે. જ્યાં સુધી એ મળ અથવા બાર આંતરડાંમાં ભરાઈ રહેત હોય છે ત્યાં સુધી જાડા બંધ થતા નથી. આવા મરડામાં સૌથી પહેલાં એરંડ તેલનો જીલ્લાખ જરૂર આપવો. સુંઠનો કાઢો કરી તેમાં એરંડીઉં તેલ નાખી તે પીવાથી આંતરડાંના મળ છુટા પડે છે અને પેટનો વાયુ દૂર થઈ દુઃખાવો તથા મરડો બંધ પડે છે. મરડામાં જાડો થયા કરે છે તેથી ઘણા લોકો જીલ્લાખ લેવાની આનાકાની કરે છે અને આંતરડાંના મળનો તુરત નીકાલ નહિ થવાથી મરડો વધી જઈ પડે તથા લોહી પડે છે. નવા મરડાના દરદી ને માટે એરંડ તેલનો જીલ્લાખ સર્વોત્તમ ઉપાય છે. આવો એક જીલ્લાખ લઈ લીધા પછી કાંઈ પણ ગ્રાહી-સ્તંબન દવાનો ઉપયોગ કરવો. પેટની ચુંક, ગુદમ, વાયુ વગેરે પેટના ઉપદ્રવોમાં એરંડીઆનો જીલ્લાખ સારો છે.

ઐરંડીયા તેલનો જીવાળ કામળ વિરેચન હોવાથી ડાક્ટરો બાળકોને માટે તેની બહુ બલામણુ કરે છે. દેશી વૈદ્યો બાળકોને માટે જેવી હરડેની બલામણુ કરે છે, તેવીજ રીતે ડાક્ટરો ઐરંડ તૈલની બલામણુ કરે છે. બાળકોના પેટપર તેલ લગાવવાથી પણ જાડો થાય છે. ગળોના રસમાં અથવા ગળોના કયાથમાં ઐરંડીકું તેલ પીવાથી લોહી સુધરી ચામડીના કેટલાક વિકારો મટી શકે છે. વાતરકન જે પતના નામથી ઓળખાય છે, તેવા બચકર રોગની શરૂઆતમાં ગળોના કયાથમાં ઐરંડ તૈલનું સેવન ઘણા વખત સુધી કરવામાં આવે છે તો લોહીમાં મળેલો વાયુ દુર થઈ લોહી સુધરે છે અને વાતરકનનો અટકાવ થઈ જાય છે. ઐરંડીકું, ગુગલ, તથા ગોમૂત્ર ત્રણે વસ્તુ મેળવી પીવાથી વધરાવતો રોગ મટે છે. ઋતુ દોષવાળી સ્ત્રીઓ જેમને અટકાવ બરાબર ન આવતો હોય અથવા નિયમ વગર આવતો હોય તેવી સ્ત્રીઓ ને પ્રથમ એકાદ ઐરંડ તૈલના જીવાળ આપવા સારા છે. આ તેલ રોપણુ છે એટલે ધારાં તથા પાકાંપર ચોપડવાથી રૂઝ લાવે છે. વૃષણના રોગમાં ઐરંડ તૈલ દુધમાં અથવા ગોમૂત્રમાં આપવું, અને વૃષણપર તેલનાં પોતાં મુકવાં. વીંછીના ડંખપર ઐરંડાનું બી (ઐરંડી) ફેતરી ઉતારી જરા ઘસીને ડંખપર દબાવવું—તેમજ પાનનો રસ અથવા કાનમાં નાખવો. એ પ્રમાણે બે ત્રણવાર કરવાથી ઝેર ઉતરી જાય છે: સર્પદંડ પર પણ ઐરંડાનાં પાનનો રસ તોલા ૬-૮ લઈ તેમાં એક તોલો પાણી ઉમેરી પાવો, તેથી ઊલટી થશે. અને ડંખ ઉપર ઐરંડાનાં પાન વાટીને બાંધવાં. કાચની ભુકો પેટમાં ગયેલી હોય તો તે કાઢવા માટે ઐરંડ તૈલ પીવું.

આવી રીતે ઐરંડાના પંચાંગમાં એવાં તો જિમદા તત્ત્વો રહેલાં છે કે તેથી જીવાળ જીવાળ ઘણા રોગો મટી શકે છે. જે ઐરંડાનાં મૂળ, પાન, તથા તેના બીજના તેલને જીવાળ જીવાળ અનુપાનથી યુક્તિથી વાપરવામાં આવે તો આવી એકજ વસ્તુ ઘણાએક રોગોને મટાડી શકે છે. પરમેશ્વરની કૃપાથી આ વૃક્ષો આપણા દેશમાં સર્વત્ર ઉત્પન્ન થતાં જોવામાં આવે છે; પણ ખેડની વાત એ છે કે આપણે એવાં વૃક્ષોની ઉપેક્ષા કરીએ છીએ, એટલુંજ નહિ પણ તેના સેંકડો ખાંડી બીજ (ઐરંડા) વિલાયત જઈ ત્યાંથી તેનું પારદર્શક તેલ (Castor-oil) થઈ આવે છે, ત્યારે તે આપણા ઉપયોગમાં આવે છે.

અકસ્માત ઇજા થાય ત્યારે શું કરવું?

Accidents & Injuries.

શરીરના કોઈ ભાગપર કાંઈ અકસ્માત ઇજા થઈ આવે ત્યારે ખીજી વધારે સહિસલામતી ભરેલી મદદ આવી પહોંચતાં પહેલાં સ.માન્ય રીતે આપણે પોતે પોતાની મેજે તાત્કાલિક ઇલાજે કામે લગાડવાની જરૂર છે તેવા ઉપચારો કરવામાં નીચેના નિયમો તરફ લક્ષ આપવાની જરૂર છે.

૧. બનેલ અકસ્માત અથવા ઇજાની હકીકત મેળવવા તથા ઇજા વાળી જગા નક્કી કરવા સારૂ જો દરદી શુધિમાં હોય તો તેને અને શુધિમાં ન હોય તો, જો કોઈ તે વખતે પાસે ઉમેલ હોય તો તેને ફેટલાક પ્રશ્ન પૂછીને ખાત્રી કરવી જોઈએ.

૨. જો દરદી મેશુદ્ધ હોય તો તેને જમીન ઉપર એક પાસાખર સુવાડવો, અને માથા નીચે નાનું ઓશીકું મૂકી માથું તથા ધડ એક સપાટીમાં રહે તેમ કરવું. આવી રીતે સુવાડવાથી શ્વાસોશ્વાસની ક્રિયા વધારે સહેલાઈથી ચાલી શકશે. થોડપર એટલે ચનો પાટ સુવાડવાથી શ્વાસની ક્રિયા એવી સહેલાઈથી નહિ ચાલી શકે. પછી તેના ગળાપરનો ગળપટો તથા છાતીપર અને પેઠ ઉપરનાં કપડાંનાં બટન છુટાં કરવાં કે જોથી તેનું શરીરપર કાંઈ પણ ઇજાઓ થાય નહિ.

૩. મોં તથા છાતીપર ઠંડુ પાણી છાંટવું અને પછી લુછી નાખવું. જો પાણી પી શકે એમ હોય તો થોડું ઠંડુ પાણી પી દેવું. આવા અકસ્માતોમાં ફેટલાક એકદમ વામન, બાંડી વગેરે માદક ઉત્તેજક પદાર્થો પામ દેછે, તેમ પાવાની ઉતાવળ નહિ કરવી. એવી વસ્તુઓની જરૂર જણાયનાં કાંઈ લક્ષણો માલમ પડે તોજ તેનો ઉપયોગ કરવો.

૪. કોઈપણ અકસ્માત બન્યા પછી તુરતજ રક્તસ્રાવ કરવો સલાહકારક નથી.

૫. એક પછી એક અવયવોનો તપાસ કરવો. જો કોઈ ભાગપર લોહી નજરે પડેતો લક્ષમાં લેવું કે તે ક્યાંથી આવે છે, અને પછી રક્તસ્રાવને અટકાવવાના ઉપાયો યોજવા. શરીરને હલાવ્યા વિના માત્ર સ્પર્શવડે શરીરની બહારની આકૃતિમાં કાંઈ ફેરફાર થયો હોયતો તે નેત્રવડે બરાબર તપાસીને જોવો.

૬. જો શરીરપર કાંઈ સ્પષ્ટ ઇંજનાં ચિન્હ માલમ પડે તો તેનો એકદમ ઉપાય કરવો.

૭. ઇંજ થયેલા માણસને એક જગાએથી બીજી જગાએ લઈ જવાની જરૂર પડે તો તેને સુતેલી સ્થિતિમાંજ લઈ જવો ઘોડાપર કે ગાડીમાં બેસાડીને કે પગે ચલાવીને તેને કદીપણ લઈ જવો નહિ.

૮. દરદીને નકામો બોલાવ બોલાવ કરવો નહિ, તેમજ તેની પાસે બીજાઓને નકામો બોલાવ દેવા નહિ; અને જરૂરનાં માણસો સિવાય બીજાઓને રૂબ આપવી.

૯. જ્યંઠર ઇંજ થઈ હોય તો શસ્ત્ર વૈદની તરતજ મદદ લેવી.

૧૦. અકસ્માતોમાં શસ્ત્ર વૈદ કે ડાક્ટરને બોલાવતી વખતે કેટલીક હકીકત તેજ વખત પુરી પાડવી કે જેથી તે યોગ્ય ઓળખે. અને ઉપચારો સાથેજ લઇને આવે અને દરદીને તુરત ઉપચાર પહોંચી શકે.

રક્ત સ્રાવ.

Bleeding.

શસ્ત્રના ધાથી કે બીજા કારણથી જ્યારે શરીરના કોઈપણ ભાગમાંથી લોહી વહેવા માંડે ત્યારે તેનો તુરત ઉપચાર કરવાની જરૂર છે. આવા ઉપચાર વખતે શરીરમાં લોહી કેવી રીતે ફરે છે તથા લોહીની નાની મોટી નસો શરીરના કયા કયા ભાગમાં આવેલ છે તે જો જાણવામાં હોય તો વધારે સુગમ પડે છે. શરીરમાં બે જાતનું લોહી ફરે છે; ૧ શુદ્ધ અને અશુદ્ધ. શુદ્ધ લોહી હૃદય (લોહીને હોજ) માંથી શરીરના જુદા જુદા ભાગોને ધોરી નસો મારફત પહોંચે છે, અને અશુદ્ધ લોહી શરીરના જુદા જુદા ભાગમાંથી, લીલી નસો વાટે હૃદયમાં પાછું આવે છે. શુદ્ધ લોહી રંગે ચળકતા કીરમજી રંગનું હોય છે અને અશુદ્ધ લોહી ઝાંખુ અથવા કાળું હોય છે. જ્યારે ધોરી નસ કપાય છે ત્યારે તેમાંથી શુદ્ધ રાતું લોહી કટકે કટકા તુટી પડે છે અને જ્યારે લીલી નસ કપાય છે ત્યારે તેમાંથી ઝાંખા રંગના લોહીની ધાર થાય છે. તોપણ જ્યારે ધોરી નસ અવયવના ઉંડાણના ભાગમાં કપાય છે ત્યારે તેનો ઉંડા ધામાં અવરોધ થવાને લીધે તે લોહી જો કે ધોરી નસનું હોય છે તોપણ તે હોતું જોઈએ તેના કરતાં વધારે કાળું થઈ જાય છે. મોટી ધોરી નસમાંથી રક્ત સ્રાવ થાય તો તે જ્યંઠર છે અને શસ્ત્રોપચાર વિના

અંધ પડ્યું નથી. લીલી નસોમાંથી લોહીનો સ્ત્રાવ બચાવ નથી હોતો અને ઘણું કરીને સસ્ત્રાપચાર વિના અટકી જાય છે. ધોરી નસોનો રક્તસ્ત્રાવ જરૂરી રહે છે અને લીલી નસોનો સ્ત્રાવ અંધ પડી જાય છે તેનું કારણ તેમની રચનાના તદ્વાવત ઉપરથી અને લોહીના ફરવાની ગતિ ઉપરથી માલમ પડી શકે છે. ધોરી નસો સ્થિતિસ્થાપક નળીઓ છે અને પોતાની અંદરના સ્થિતિસ્થાપકત્વ ગુણને લીધે જ્યારે કપાય છે ત્યારે ખુલ્લી રહે છે અને લોહીને હૃદયમાંથી શરીરની ઉપલી સપાટી સુધી ખેંચી લઈ જાય છે. લીલી નસો સ્થિતિસ્થાપક નથી અને તેથી જ્યારે કપાય છે ત્યારે અંધ પડી જવાનો તેનો સ્વભાવ છે અને લોહીને શરીરની સપાટી ઉપરથી લઈ જાય છે.

રક્તસ્ત્રાવ કાંતો રક્ત વાહિની નસોમાંથી બહારથી થાય છે અથવા ઉંડી ગયેલી નસોમાંથી અંદરના ભાગમાંથી થાય છે. મોટા કદની ધોરી નસ સિવાયનો બહારનો રક્તસ્ત્રાવ જીંદગીને ભાગ્યે નુકસાન કરે છે. ઘણું કરીને દબાણ થવાથી અથવા તો દરદી મુછીત થવાથી તે સ્ત્રાવ અટકે છે. ધામાંથી ચાલતો રક્તસ્ત્રાવ આંગળી અથવા ખુચના દબાણથી ઘણું કરીને અંધ પડે છે. તે ધા જે હાડકાના ભાગ ઉપર હોય છે તો તેમાંનો રક્ત સ્ત્રાવ જરૂર અટકે છે કેમકે તેના પર દબાણ બરાબર આપી શકાય છે.

નાકનો રક્તસ્ત્રાવ—નસકોરી પુટવી. નસકોરી ત્રણ કારણથી પુટે છે. નાક અથવા મગજ પર કાંઈ ચોટ કે પછાટ વાગવાથી અથવા મગજ પર લોહી વિશેષ ચડી જવાથી અથવા રક્ત પીત્તના રોગમાં કે તાવ અને એવા બીજા મંદવાડને લીધે આવેલી અશક્તિમાં શરીરમાં લોહી બહુ પાતળું ને ઓછું થઈ જવાથી નાકોડી પુટે છે. જે કાંઈ વાગવાથી નાકોડી પુટે છે તો મોં મગજ અને પીઠ પર પાણીની ધાર કરવાથી થોડી મીનીટમાં જ રક્તસ્ત્રાવ અંધ પડી જાય છે. જે તે જરૂરી રહે તો ત્રણ ચાર રા. ભાર ઠંડું પાણી લઈ તેમાં ફટકડીનો લુકો ચપટી બરીને નાંખી તે પાણીવતી નાકમાં પીચકારી મારવી. જ્યારે મગજમાં લોહીના વિશેષ બરાવાથી નસકોરી પુટે છે, અને કદાચ વખતો વખત રક્તસ્ત્રાવ થાય છે ત્યારે ખોરાક હલકો કરી નાખવો, ઝાડાનો કાંઈ કબજો હોય તો જીલાબ લેવો, અને રક્ત સ્તંભક દવાઓ લેવી. જે માણસ લોહીથી બહુ ગભરાઈ ગયેલ હોય ચહેરા લાલ થયો હોય અને વારંવાર માથામાં દરદ તથા ચક્રી આવતી હોય તે માણસને થોડી થોડી નાકોડી પુટે એટલે નાકમાંથી રક્તસ્ત્રાવ

થયા કરે એ હાથદા કારક છે. કુદરત પોતેજ પે.તાની મેળે રસ્તો કરે છે અને તેથી જો રક્તસ્ત્રાવ અતિજોરમાં ન હોયતો તેનો અટકાવ ન કરવો. જો ત્રીજા કારણથી એટલે અતિ નબળા લોહીને લીધે નાકોડી કુટતી હોયતો લોહી તથાશક્તિ વધે એવી દવા લેવી અને ખોરાક વધારે સારો લેવો જોઈએ. હડીલા રક્તસ્ત્રાવમાં એટલે નસકોરીમાં લોહીનું વહેવું બહુ જોરથી થતું હોય અને બંધ ન પડતું હોય ત્યારે દરદીને સીધો ખેસાડી અને તેના હાથ માથા ઉપર ઉંચા રખાવી પાસેના માણસે પકડી રાખવા. મતલબ કે નીચું મોં નહિ ધરવું, કેમકે તેથી લોહીને વધારે ગતિ મળે છે. બરફ અથવા થંડા પાણીમાં બીજવેલ લુગડું કપાળ ઉપર મુકવું. રક્તસ્ત્રાવક દવાઓનું બારીક ચુર્ણ કરી સુંઘાડવું અને આંગળી તથા અંગુડા વચ્ચે નાકને પકડી અરધો કલાક સુધી દબાવી ખેસવું. જો આ બધા ઉપચારોથી પણ લોહી બંધ ન પડે તો નાકનાં બન્ને નસકોરામાં લીંટ અથવા લીંટના જેવા બારીક નરમ કપડાના કટકાની વાટ કરી ચડાવવી.

જળોના ડાંખનો રક્તસ્ત્રાવ—મજબુત માણસને લગાડેલ જળોનાં ડાંખમાંથી રક્તસ્ત્રાવ થાય છે તેને બંધ કરવાની જરૂર પડતી નથી; તે થોડા કલાકમાં એની મેળે બંધ પડે છે. પણ જો દરદી બહુ નબળા બાંધાતો અથવા બાળક હોય તો લોહીનો એકદમ અટકાવ કરવો જોઈએ. ઠંડુ પાણી અથવા આંગળાથી કરેલું દબાણુ રક્તસ્ત્રાવને બંધ કરે છે, અને એ ઉપચાર વખતે લગભગ એક કલાક સુધી જરૂરી રાખવાની જરૂર પડે છે. છેવટ જળોએ કરેલા ડાંખમાં ફટકડીની ચપટી દબાવવી. લીંટ અથવા રૂને સ્પીરીટમાં બોળીને તે જળોએ કરેલા ડાંખના મોંમાં દબાવી મુકવું. કાસ્ટીકની લાકડીને છાંચી અણીવાળી કરી તે અણી જળોના ડાંખપર અડાડવાથી પણ રક્તસ્ત્રાવ બંધ પડે છે.

દાંતનો રક્તસ્ત્રાવ—દાંત પડી જવાથી અથવા કઢાવવાથી દોષ દોષ વાર તેમાંથી બેહદ લોહી વહેછે અને ઘણી મુશ્કેલીથી બંધ પડેછે. લીંટ અથવા તેની ગેર હાજરીમાં નરમ કપડાનો કટકો દાંતના ખાડામાં દાખલ કરવો, દાંત બીંસીને બંધ કરવા અને મોં ઉધડી ન જાય તેને માટે માથા અને હડપચી વચ્ચે મજબુત પાટો બાંધવો. આમ કરવાથી અંદર મુકેલા લુગડા પર દબાણુ થતાં લોહી તુરંતજ બંધ થઈ જશે. લુગડું મુકવાને બદલે નીકળેલો દાંત પાછો તેના સ્થાનમાં મુકીને ઉપર પ્રમાણે મોં બંધ કરવાથી લોહી વહેતું અટકે છે.

વૈધ વિધાના નિલાસીઓને માટે એક સારી તક.

સારી રૂઝવણીના મહત્વને સમજાવવાના મુદ્દરોને વિગતપૂર્ણ કરવાની છે, "સારી રૂઝવણી" સંબંધી કટલાક એવા તો ઉપયોગી નિબંધો મારી પાસે લખેલા છે. આમાં પહેલા છે કે જેની ધેર ધેર, અને દરેક નિશાળમાં લઘુશીલની બોધણા. આસોસની વાત એ છે કે, નાટકની અને નહારી વાતોની એપડીઓ નાશન છોકરાઓ ઘરમાંથી પૈસા એરીને પણ ખરીદી વાંચે છે, આરે જે જ્ઞાન ઉપર તમામ વિદ્યાર્થી, શાસ્ત્રો, અને સુખનો માર્ગ રચાય છે, તેવા આશીર્વાદરૂપ વિષય ઉપર સમજી માણસોનું પણ લક્ષ્ય ખેંચાયું નથી. અને તેથી આ સર્વોત્તમ જ્ઞાન અધિકારમાં પડી રહ્યું છે! તેનાપર અજવાળું પાડવું, એ દરેક સહૃદય અને સ્વદેશ-ભિમાની દેશીબાઈનું કર્તવ્ય છે. હું મારાથી બની શકે તે આ વિષયમાં મત્ત દઈ છું, અને અવિવેક તો ઘરો, પણ મારે કહેવું પડે છે કે, આ વિષયમાં યુજરાતી ભાષા દ્વારા કાંઈએ નથી કર્યો એવો પ્રયત્ન નિઃસ્વાર્થ પરાયણ મેં કરવા માંડ્યો છે, જેની યુજ કરનારાઓ કરે છે. પણ આ હેતુ વધારે સારી રીતે પાર પડે, તેને માટે મારા નામના સંકલ્પ તરફ સર્વ સમજી સહૃદયોનું ધ્યાન ખેંચવાની રજા લઉં છું:—

મારા લખેલા નિબંધો છપાવી પ્રસિદ્ધ કરવા માટે માત્ર છપામણી મર્ચ માટે રૂ. ૫૦) આમે તેમને તેમાંનો એક નિબંધ અર્પણ કરવો, એટલુંજ નહિ પણ આ વત્ત કરવાનો જે હેતુ છે તે હેતુ સારી રીતે પાર પડે તે માટે પોતાની નાત જાતમાં અથવા ઇચ્છા પ્રા. લઘુશીલ કરવા માટે તેની ૫૦૦) પ્રતો તેમને કિમત લીધા વિના આપવી. આ દરેક નિબંધ રૂ. ૫૦૦) બીજી પૈજી લગભગ ૧૫૦ પૃષ્ઠોનો છે.

નમુના તરીકે આપ્યા નીચે યોગ્ય એક નિબંધો છે:—

આરોગ્ય રહેવાના ઉપાય ૦-૨-૦	આરોગ્યતાના ૧૦૮ નિબંધો... ૦-૨-૦
અલ્પાયુષ્ય... ૦-૨-૦	સ્ત્રી-ઉપચાર... ૦-૨-૦
આજીવન... ૦-૨-૦	મર્ણાધાન... ૦-૨-૦
સંતતિશીરીતે ઉપજ કરવી. ૦-૨-૦	આહાર... ૦-૨-૦
ઋણુચર્યા... ૦-૨-૦	વિહાર... ૦-૨-૦
આભોષચાર... ૦-૨-૦	વીર્યરક્ષા... ૦-૨-૦
માતાઓને સલાહ... ૦-૨-૦	

આમાના અનુક્રમે પહેલા ત્રણ છપાયા છે અને ચોથો આ ચો. પા. નિયામક દ્વારા ગ્રંથ છે. આશા છે કે, આ લેખોની કિમ્મત સમજનારા મુદ્દરો આ વત્તમાં બનતી મહત્ત આપશે કે અપાવશે.

મનેમર-“વૈધકપતર.”

ગયા માસની ભૂલ.

ગયા માસના ૭ આ અંક ઉપર મળેલો “બુદ્ધાઈ” જોઈએ તેને બદલે “અગર” છપાયેલો છે તે ભૂલ થયેલી છે. આ ખાખત કાઢ કાઢ શ્રાહકોએ ખુલાસો પૂછાવ્યો હતો તે ખુલાસો આહી કરતાં, તેમને બુદ્ધો બુદ્ધો જવાબ લખવામાં આવેલો નથી, તેને માટે સમા આહીએ છીએ. મેનેજર.

આ અંકની જોડે વહેંચેલાં “ધર વેદ” એ નામના વૈદિક મંથનાં હેન્ડબીલો તરફ ધ્યાન ખેંચી તેમાં નામ ભરી મોકલવા તથા મિત્ર મંડળમાં તેને માટે ભલામણ કરવા અમારા વિશેષી વાંચતારાઓને વિનંતિ કરવામાં આવે છે.

અમૃતવદ્ધી.

દવાઓની પ્રસિદ્ધિ હાલમાં તો બહુધા તેમના શુણ્ણને માટે થતી હોય તેના કરતાં જાહેર ખખરોના જોરથી વિશેષ થતી જોવામાં આવે છે; અને એવી અંધાધૂંધીમાં ઉત્તમ દવાઓ અંધારમાં રહી જાય છે. પણ વખત એવો આવ્યો છે કે, ખોલે તેનાં જોર વેચાય છે; અને ખાટાં જોર પણ જાહેર ખખરોની ખુમલો પૂકાતાં ખપી જતાં જોવામાં આવે છે. સારે મીઠાં જોર વાળાઓએ મૌન્ય શા માટે ધારણ કરવું જોઈએ? ધાતુ પૌષ્ટિક ગોળીઓ અને ટૉનિક પિલ્સ જગતમાં ઉભરાઈ ચાલી છે, અને અલખત તે બધી ટૉનિક દવાઓ ઓછા વખતા પ્રમાણમાં કેટલાકને ફાયદાકારક નીવડતી હશે; અમારી આ પૌષ્ટિક ગોળીઓના સંબંધમાં અમે વધારે જોલવા અહાતા નથી. ટીલી પડેલી વીર્ય વાહીની રજોને મજબુત કરવામાં તે ઘણીજ ઉત્તમ નીવડેલી છે અને તેથી તે ગોળીઓ પુરુષવત્તે આપવાવાળી છે. ફક્ત વનસ્પતિનીજ બનાવટ હોવાથી કાંઈ પણ પરેજી વિના નિર્ભયપણે વાપરી શકાય છે. સ્ત્રી પુરુષોના વીર્ય અને રજ સંબંધી સર્વ વિકારોને મટાડી શરીરના સર્વ અવયવોને સુદૃઢ કરે છે; સર્વ પ્રકારના જુના પ્રમેહ (પરમા)ના રોગને દુરસ્ત કરે છે. સ્વપ્નાવસ્થામાં વીર્યપાત, વીર્યઆવ, અને જનનેદ્રિય વ્યાપારના અતિયોગથી ઉત્પન્ન થતા નાના પ્રકારના બા-ધિઓને આ ગોળીઓ જરૂર મટાડે છે, સ્ત્રીઓના ગર્ભાશયની અને જાતુ સંબંધી દુરિયાદોને દુર કરે છે, અને ખાચન ક્રિયા ઉપર તે બહુજ સારે કામ કરી શકે છે.

નીચેની લીંટીઓપર લક્ષ આપવા

તરફી લેશો?

૧. આપના તરફથી લવાજમ ન મોકલાયું હોય તો હવે વેળાસર મોકલવાની મહેરબાની કરશો અને ભેટનું પુસ્તક પ્રલયર્થ મંગાવી લેશો.
૨. ચોપાનિયું વે. પે. કરીને લવાજમ મંગાવી લેવાનો અમારો રીવાજ ઘણાએક સરલ ગ્રહસ્થાને સારો સગવડ ભરેલો લાગેલો છે.
૩. પણ કોઈ કોઈ રાજેશ્રીઓ તેમાં પોતાનું માન ઓછું થયેલું માનતા જણાય છે. તેમણે હવે પોતાની સગવડ તો મોકલવું જોઈએ છીએ.
૪. આહુક થઈ લવાજમ મોકલવામાં જેઓ અમારાપર ઉપકાર કરેલો માનતા હોય તેમણે મહેરબાની કરીને ચડેલ લવાજમ મોકલી આપી ચોપાનિયું બંધજ કરવું.
૫. આ ચોપાનિયાની ખુજ જણવાવાળા ભાવીક વાંચનારાઓની સંખ્યામાં વધારો થતો જાય છે, અને તેથી ચીનના સાહુકારોનાં નામ અમે અમારા લિસ્ટમાંથી છેકી કાઢવા માંડ્યાં છે.
૬. એવા પણ સાહુકારો પડેલા છે કે, આહુક થતાં નવલશા હીરણ્ણ બનતા અને પૈસા માગતી વસ્તુ શરમ ભરેલાં બહાનાં કાઢતાં જોવામાં આવેલા છે.
૭. આ ચોપાનિયું દ્રવ્ય પ્રાપ્તિને માટે નથી પણ સારા ઉપયોગી વાંચનના પ્રસાર માટે છે.
૮. એવો હેતુ લક્ષમાં રાખીને, કેટલાક ભાવીક વાંચનારાઓ, જેઓ પુરા પૈસા ખરચવાને અશક્તિ જણાવે છે, તેમને બનતી સગવડ આ ચોપાનિયાનો લાભ આપવાને અમે ચુકતા નથી.
૯. આ ચોપાનિયાનાં આહુકોની સંખ્યામાં વધારો થાય છે તેનો લાભ આહુકોનેજ આપવામાં આવે છે.
૧૦. માટે અમારા આહુકોએ વધારે નહિ તો એક એક આહુક વધારી આપવાનું માથે લેવું જોઈએ.

વૈદ્યકલ્પતર.

પુસ્તક ૪ થું.

સપ્ટેમ્બર સને ૧૮૯૮

અંક ૯ મો.

રસાયુર્વેદ.^૧

RasAyurved.

અભ્યંધપીઠિકા.

શ્રી રસેશની પ્રેરણાથી પ્રકટ થયેલ ‘રસેશ વૈદ્ય વિજ્ઞાન’ ચોપાનિયાના અનુભવ અનુક્રમ (અધિકારી, વિષય, સંબંધ અને પ્રયોજન) માં દર્શાવ્યું છે કે, આ ગ્રંથના જે વૈદ્યકનો વિષય છે, તેના અધિકારી રસેશ છે કેમકે વૈદ્યવિદ્યાની મહત્તા એટલે સુધી છે કે જેને હું યથાથ કહું તો મહત્તા બ્રહ્માંડની રચના વૈદ્યવિદ્યાને અનુસરીનેજ થઈ છે, થાય છે, અને થશે એ નિશ્ચય રસેશકૃત નિયમ છે. વિષયમાં પણ પ્રથમ એમજ કહેલ છે કે, રસેશ આ બ્રહ્માંડને જે રચનામાં ગાઠવ્યું છે તે સમગ્ર વૈદ્યવિદ્યાના નિયમોને અનુસરી રોગાદિકથી થતાં મૃત્યુ વિગેરે દુઃખો મટાડવા મારેજ છે. આ બાબત પણ મવિગત સમજાય તેમ વિસ્તારથી લખવાપર લક્ષ આપ્યું છે. સંબંધ પણ રસેશ સાથેજ મુખ્ય છે, જે બાબત પણ વિસ્તાર સાદિત લખવામાં આવે છે. પ્રયોજનમાં પણ લખેલ છે કે, ‘રસેશ વૈદ્ય વિજ્ઞાન’ એટલે રસેશ વૈદ્ય એવું વિજ્ઞાન એમ અર્થ કરવાથી રસેશ પોતે વૈદ્ય હરે છે; તેથી તેના જે નિયમો તે સર્વને બચાવવાના ઉપાય રૂપજ છે. આ ચાર પ્રતિજ્ઞા પ્રથમ અંકમાં કરી છે, તે સંપૂર્ણ રીતે પાળી પાંચનારા વિદ્વાનોને પ્રસન્ન કરવા આ પ્રથમ વિષય પ્રારબ્ધો છે.

રસેશ પોતેજ વૈદ્ય છે.

રસેશ પ્રભુ પોતેજ વૈદ્ય છે એ સિદ્ધતા કરવા પેહેલાં મર્મ સુવિચાર પુરૂષોની સમક્ષ મારે પ્રથમ વૈદ્ય અને વૈદ્યના કર્મેનું સ્વરૂપ સિદ્ધ કરવાની

૧ “રસેશ વૈદ્ય વિજ્ઞાન” એ નામના આગળ પ્રસિદ્ધ થતા પ્રસિદ્ધ ચોપાનિયામાથી. ૨. ૪૪૨.

આવશ્યકતા છે; કેમકે એ વાતનો નિશ્ચય કર્યા પિના ઇશ્વરની વૈધતા નિઃસં-
દેહ સિદ્ધ થાય નહિ, માટે આમળથીજ આ સિદ્ધાન્ત સૂત્રરૂપે સમજાવવું છું
તે એકે:—સ્વસ્થવૃત્ત અને વ્યાધિનિગ્રહ એ વૈધનું કર્મ તેને જે સંપૂર્ણ રીતે
જાણે ને પાળે પળાવે તે વૈધ.

હવે પ્રસંગોપાત મારે જણાવવાની જરૂર છે કે, રસેશ ધર્મના સિ-
દ્ધાન્તોના ગ્રંથમાં એક આ પશુ સિદ્ધાન્ત છે કે, પ્રજાની અપાર શક્તિ અ-
ને રચનાને મનુષ્યે સ્વમતિથી માપવી, કે તે આટલીજ અને આટલા કા-
રણ સાર છે એ એક મ્હોટી ભૂલ છે; કેમકે તે સંપૂર્ણ જાણવું એ અને-
ક આવરણને લઇને આપણી અડકલથી અશક્ય છે તોપણ શાસ્ત્ર અને
યુક્તિથી આપણી કલ્પનામાં આવે ત્યાં સુધી તે કહેવું અને તેવુંજ આચ-
રવું, તેનાથી જ્યાં નિયમમાં લાભ અને પળાતા નિયમમાં નુકસાન ન દે-
આય ત્યાં સુધી તેજ માર્ગ પુણ્યરૂપ સમજવો એ રસેશાગ્રા મનાય છે અને
તેથી આ લોક તેમજ પરલોકમાં કલ્યાણ છે.

શ્રી રસેશના નિયમેને અનુસરી રસાયુર્વેદમાં વૈધવિદ્યા મુખ્ય બે બા-
બતમાં વહેંચાયેલી છે. જેમ કે રોગી અને નિરોગી, રોગી અને વૈધ, નિ-
દાન અને ચિકિત્સા, દુઃખ અને સુખ, ખેદ અને આનંદ, અજ્ઞાન અને જ્ઞાન
ઇત્યાદિ. આજ સુધી આ બધી બાબતમાંની પ્રથમની કનિષ્ઠ કોટીની કહે-
વાય છે, ને બીજી ઉત્તમ પંક્તિની મનાય છે; પણ રસેશ સિદ્ધાન્ત પ્રમાણે
બધી સુખરૂપ તેમ સપ્રયોજન પણ છે. રસેશ સૂત્રમાં કહ્યું છે કે:—

સ્વરૂપાઃ સત્યાઃ સચ્ચતન્ત્રાઃ સકામાઃ ।

સમ્પ્રયોજનઃ સર્વા રસેશરચનાઃ ॥

આપાર્થ—રસેશની કરેલ બધી રચના સુખ આપનારી, સાચી, ચૈ-
તન્યવાળી, કામનાવાળી અને પ્રયોજનવાળી છે.

આ સૂત્ર ઉપરથી સિદ્ધ થાય છે કે, કોઇ પણ પ્રકારની ખરાબ વ-
સ્તુ સકળ બ્રહ્માંડમાં રસેશે રચેલજ નથી, અને દેખાતી ખરાબી તેના યોગ્ય
ઉપયોગના અજ્ઞાનથી છે; માટે જે પદાર્થોથી પ્રસંગોપાત સુખ વધે અને
દુઃખ ઓછું થાય એમ જે આહાર વિહારમાં વર્તાવવા તે વૈધનું પ્રથમ
કૃત્ય છે, ને તે પ્રમાણે વર્તવામાં પ્રમાદથી મનુષ્યને કાંઇ રોગાદિદુઃખ થાય
તે મટાડવું એ વૈધનું બીજું કૃત્ય છે. દૃષ્ટાંત તરીકે સમજવું જોઇએ
કે, શીર ઘૂતામ્યાસી જીવનીયા નામ્ એટલે ધી, દૂધ ખાવાનો છા-
વરો એ જીવિત વધે છે. આવી રીતે જે ધી અને દૂધને જીવિતની અ-

ભિવૃદ્ધિના કારણરૂપ કહેતો છે, તે સામનવીન જ્વરમાં આવેલી જીવિતન શક ઉપદ્રવોને ઉત્પન્ન કરે છે અર્થાત્ ઉશ્કેરે છે.

દુનિયામાં જે કાંઈ દુઃખરૂપ લાગે તે રોગ, ને સુખરૂપ લાગે તે આ-રોગ્ય એમ સામાન્ય નિયમ છે. તેમ છતાં હાલના જમાનામાં વૈદ્ય વિદ્યાની દુંઢી હદ કલ્યાણ ગઈ છે. તે એટલે સુધી કે, અમુક સખ્યાના રોગો જે-વા કે-જ્વર, અતિસાર, અર્શ વિગેરે પાંચ પચીસ દરદોનું જ્ઞાન, અને તેને મટાડવાના ઉપાયો ગુરુ મુખથી જાણે અથવા વાંચીને વૈદ્ય થાય તોપણ થવાય છે; પણ સર્વ જગતનું જેમાં કલ્યાણ રહ્યું છે તેવી વૈદ્યવિદ્યાનો વિસ્તાર અતિ મોટો છે કે જે સમજવા માટેજ આ ચોપાનિયાનો જન્મ છે.

આપણને રોગ થવાના મુખ્ય શીતને ઉષ્ણ એવાં બેજ કારણો છે, તેમ રોગ મટવાના પણ તે બેજ ઉપાય છે. જેમ કે શિયાળામાં શીતથી થયેલા રોગને ઉષ્ણતાથી મટાડાય છે. આ ઠંડાણે શીત (ઠંડ) રૂપી રોગ અને ઉષ્ણતારૂપ તેનું ઔષધ થાય છે. તેમજ ઉનાળામાં ઉષ્ણતા (ગરમી) રૂપી રોગને શીત જળ (ખરફ વિગેરે) ઉપાયોથી દૂર કરાય છે. આ ઠંડા-ણે રોગનું કારણ ગરમી છે ને શીત ઔષધ છે. એવીજ રીતે સુખ અને દુઃખનું પણ સમજવું.

અખિલ બ્રહ્માંડમાં સર્વ સુખની ઇચ્છા કરે છે. સુખ મેળવવાની અનેક યુક્તિઓ પ્રાચીન સમયથી રચાતી આવી છે અને રચાય છે, પરંતુ સુખ શું અને દુઃખ શું તેનું સ્વરૂપ પ્રથમ સમજવું જાઈએ. શાસ્ત્રકારો લખે છે કે, અનુકૂલ વૈશ્વકીયં સુખં પ્રતિકૂલ વૈશ્વકીયં દુઃખં એટલે કે અનુકૂળ જણાય તે સુખ અને પ્રતિકૂલ જણાય તે દુઃખ, પણ દુંઢામાં કહીએ તો વસ્તુતાએ આપણે જેને દુઃખ માનીએ છીએ તે દુઃખજ નથી; પરંતુ સમયપરત્વે આપણા સુખનું સાધન થઈ પડે છે. તેમ સુખ પણ રોગનું કારણ થઈ પરિણામે દુઃખરૂપ દેખાય છે માટે એ મનાવું સુખ-સુખજ નથી.

હવે વિદ્વાનો વિચારો કે, રોગરૂપી દુઃખ કરનાર શું? અને આરોગ્યરૂપી સુખને આપનાર શું?

જુઓ કે પૃથ્વીના પ્રાન્ત માત્રમાં પરમેશ્વરી સત્યસુખસંબંધી વિચાર આપણા આર્યાવર્તના વિદ્વાનોના વખણાય છે, ને તેને (એવા વિચાર કરનારને) ઇન્દ્રિયવતારનું માન આજદિન પર્યંત આપણા તરફથી મળતું આવ્યું છે. એ સર્વ સિદ્ધાન્તમાં હાલ સમય કેટલાકએ નિષ્પક્ષપાતી વિ-

જ્ઞાનો વેદાન્તશાસ્ત્રના વિચારો શ્રેષ્ઠ માનેછે. આ સિદ્ધાન્તમાં જગત દુઃખ-રૂપ બનેયું છે, અને બ્રહ્મલોક પર્યંત સર્વ દુઃખરૂપ દેખાડયું છે તેનું કળ એ કે મોક્ષ મળે. મોક્ષનું સ્વરૂપ એકે અત્યંત દુઃખની નિવૃત્તિ ને પરમાનંદની પ્રાપ્તિ. અતિ દુઃખી ને મહારોગી, ને પરમાનંદની પ્રાપ્તિ તે સંપૂર્ણ નિરોગી. આ સર્વ આત્મામાં ઘટાડ્યું છે. સ્થૂલ, સૂક્ષ્મ ને કારણ દેહરૂપી રોગ, આત્માને લગ્યા છે તે ટાળવાનો ઉપાય શોધ્યો છે. જ્યારે આત્મા સ્થૂલ, સૂક્ષ્મ ને કારણ દેહથી જુદો પડે, ત્યારે તે પોતે સ્વસ્વરૂપને પામે છે એટલે પરબ્રહ્મરૂપ થઈ જાયછે. પરબ્રહ્મનું સ્વરૂપ સત્ ચિત્ ને આનંદરૂપ છે. સત્ એટલે સાચું, ચિત્ એટલે ચૈતન્યરૂપ, આનંદ એટલે સુખરૂપ.

આ ઉપરથી સમ્બન્ધ છે કે, બ્રહ્મ પોતે રસેશ ધર્મ પાળેછે (વૈદ્યનો ધર્મ પાળેછે) અને તે બ્રહ્મ રસેશથી ભિન્ન નથી; માટે સ્વસ્થવ્રતને વ્યાધિ નિગૃહરૂપ વૈદ્યનું કાર્ય કરનાર રસેશ હોવાથી રસેશજ આદિ વૈદ્ય છે.

સ્વસ્થવ્રત (નિર્વિકાર સ્થિતિ) અને વ્યાધિનિગ્રહ (દુઃખપ્રદ વિકારોનું શમન) એ વૈદ્યનું મુખ્ય કામ છે, અને આ બેમાં પણ સ્વસ્થવ્રત પ્રધાન અને વ્યાધિ નિગ્રહ એ ગૌણ છે. કારણ કે સ્વસ્થવ્રત પાળનારને દુઃખપ્રદ વિકારો પીડતાજ નથી. અને વ્યાધિનિગ્રહ તો જે જનો સ્વસ્થવ્રત ન પાળે તેઓને શિક્ષારૂપ વ્યાધિ થતાં તેની પીડાનો અનુભવ કર્યા પછી આયશ્વિત્તની પેઠે કરવા પડેછે. એ રીતે સર્વ શક્તિમાન પરમેશ્વરે સ્વસ્વરૂપ રક્ષણ અને સુખરૂપ એટલે રોગ રહિત માર્ગ ગૃહણ કરેલ છે. ત્યારે આપણે તેને અનુસરીને આત્મવું એજ પુણ્યરૂપ પ્રવૃત્તિ કહેવાય એ નિઃસંદેહ છે. અને ઇશ્વરમાં વ્યાધિનિગ્રહપણું (જે વૈદ્યનું લક્ષણ) તો લોકપ્રવૃત્તિને અર્થે છે. કેમકે ગીતામાં કહ્યું છે કે:—

યદ્યદાચરતિ શ્રેષ્ઠ સ્તત્તદેવેતરો જનઃ ।

સ્યત્પ્રમાણં કુરુતે લોકસ્તદનુવર્ત્તતે ॥

અર્થ—હત્તમ પુરૂષ જે જે આચરે છે તેમજ ઇતર જન આચરે છે, અને તે હત્તમ પુરૂષ જેને પ્રમાણ કરે છે તે પ્રમાણે અન્ય મનુષ્યો અનુસરે છે. આથી એમ સમજાય છે કે, શ્રેષ્ઠ મનુષ્યો અને તેના તાળાના ઇતર મનુષ્યો, એ ઉભયને લેવાનો બોધ શ્લોકમાં રહેલ છે. શ્રેષ્ઠ મનુષ્યોએ હંમેશા એમજ ધ્યાનમાં રાખવું કે, હું જેવું આચરણ કરીશ, તેવીજ મારા તાળાના સર્વ મનુષ્યો વર્તણૂક રાખશે; આટલે પોતે સિદ્ધાવસ્થા (પોતાને કશું કર્તવ્ય રહેલ નથી એવી અવસ્થા) માં હોય તો પણ મો-

ગ્રાચરણ કરે, ને તેના તાપ્તાના લોકો તેના આચરણને પ્રમાણરૂપ માની અનુસરે. આવી રીતે પુણ્યરૂપ પ્રવૃત્તિના પ્રથમ પ્રવર્તક રશેશજી છે માટે તે સર્વોત્કૃષ્ટ છે; અને તેનું જ્ઞાતસ્વરૂપ સ્વચ્છિદાનંદની પૂર્ણ સ્થિતિમાં છે. તેા તેની ઇચ્છા અનુસરવાને યોગ્ય એવા આપણે પણ તેવી રીતેજ તેના નિયમને અનુસરવું, કે જેથી આપણા સ્વચ્છિદાનંદ સ્વરૂપના ત્રણે અંશના પરમાણુ સમાનતાથી અભિવૃદ્ધિ પ્રાપ્તિને પુર્ણ સ્થિતિને પહોંચે.

ઉપર કહ્યું તેમ થવામાં સત્ અંશ ચિત્ અને આનંદ અંશનો પરબલ ન કરે, ન ચિત્ અંશ સત્ ને આનંદ અંશનો પરબલ ન કરે, તેમ આનંદ અંશ સત્ ને ચિત્ અંશનો પરબલ ન કરે એમ જ્યે અંશ પણ એક એક અંશનો પરબલ ન કરે એવી પુણ્યરૂપ પ્રવૃત્તિ કરવાથીજ જીવનમુક્તિને વિદેહમુક્તિરૂપ પુર્ણ સ્થિતિએ પહોંચાય છે એમ લક્ષ્ય રાખવો. જેમકે શરીરમાં વાત પિત્ત અને કફ રહેલ છે, તેની સમાન અવસ્થા શરીરની આરોગ્ય સ્થિતિનું કારણ છે. પણ તેની વિપમતા અનેક ઉપદ્રવોને ઉત્પન્ન કરી અંતઃકાળનો અનુભવ કરાવે છે. આ વાતાદિક ત્રણેના પોતાની સમ વિપમતા ને લીધે થતા અનેક ભેદ આયુર્વેદમાં લખેલ છે. તેમ આ સત્ ચિત્ અને આનંદ એ ત્રણે અંશનો પણ પ્રસાર થઈ શકે છે જેનો કેટલોક વિચાર ઉદાહરણરૂપે નીચે દર્શાવું છું.

૧ સત્ પ્રધાન અને ચિત્ને આનંદ હીનનું ઉદાહરણ.

રાજા હરિશ્ચન્દ્ર ચિત્ અંશ અને આનંદ અંશનો વિચાર ન કરી માત્ર સત્ અંશને છોક સુધી વળગી રહ્યા તેા પરિવારમહ દુઃખી થયો, અને અંડાળને ઘેર વેચાયો. અંતે ઇશ્વર મળ્યા તે તેા અંતઃકરણનો સ્વભાવ છે કે, જેમાં ચિત્તના પરમાણુ પ્રજ્વળપણાએ ચોંટાડવામાં આવે તે મળે.

૨' ચિત્ પ્રધાન અને સત્ને આનંદ હીનનું ઉદાહરણ.

નિરાલંબ સમાધી, અજગરનું જીવવું, વૃક્ષાદિનું વધવું ઇત્યાદિ.

૩ આનંદ પ્રધાન અને સત્ને ચિત્ હીનનું ઉદાહરણ.

જીસંગનો અતિયોગ. નિદ્રાનો અતિયોગ ઇત્યાદિ.

૪ સત્ અને ચિત્ ઉભય પ્રધાન અને આનંદ હીનનું ઉદાહરણ.

સાવ રોગ મટાડે તથા જીવિત વધારે તેવું ઔષધ છતાં સ્વાદરહિત ને ખરાબ દેખાવાવાળું હોય કે જેને જેતાંજ આનંદ ઉડિ જાય તે.

૫ સત્ અને આનંદ ઉભય પ્રધાન અને ચિત્ હીનનું ઉદાહરણ.

વિષાદપ્રધી ખાઈ વા નીશો કરી વિપય વૃદ્ધિ કરવી.

૬ ચિત્ અને આનંદ ઉભય પ્રધાન અને સત્ હીનનું ઉદાહરણ.

કોઈ યોગી પહોડની ગુફામાં અમર થયા સાડ ઓપધીનો કદ્ય કરે ને જગતથી જૂદાં જૂદાં રહેવામાંજ માત્ર આનંદ માને પરંતુ ઇશ્વર તરફ ખીસકુલ ધ્યાન નહિ અને કેવળ જીવવું ને જૂદાં રહેવું એટલું કરે તે.

૭ સત્ ચિત્ અને આનંદ એ ત્રણે હીનનું ઉદાહરણ.

મરીએ તો સુખ થાય તે માટે જેમાં મહાપાપ છે એવી આત્મ-હત્યા કરવી.

૮ સત્ ચિત્ અને આનંદ એ ત્રણે પ્રધાનનું ઉદાહરણ.

રસેય નિયમાનુસાર ચતુર્વર્ગ (આયુષ્ય, આરોગ્ય, આમર ને આનંદ) સચવાય તેમ પુન્યરૂપ પ્રવૃત્તિ કરવી. આવી રીતે ત્રણે અંશની સમાનતા-એકામિત્વ કરીને રસેશ્વર (વિશ્વ કર્તા)ના પૂર્ણ સમ્વિદ્યાનંદ સ્વરૂપનો અનુભવ કરવો તે.

સહેલા ઉપાયોનો સંગ્રહ.

A Collection of Easy Remedies.

અરૂચી—(૧) લીંબુ તથા આદુનો રસ સમભાગ, તેમાં એટલુંજ સીંધાલુણુ મેળવી જમતા પહેલાં ચાટવું. (૨) જમવા બેસતાં પ્રથમ આદુની કટકીઓ મીઠામાં કે સીંધાલુણુમાં મેળવી ખાવી. (૩) આદુનો રસ મધ નાંખી પીવો તેથી અરૂચિની સાથે શ્વાસ તથા ઉધરસ તથા કફ હોય તે પણ મટે. (૪) રાત્ર, જરૂર હિંગ તથા સુંદ એ ચાર વસ્તુઓને કલાડામાં જરા જરા શેકી તે તથા સીંધાલુણુ એ પાંચેનું ઝીણું ચૂર્ણ ગાયના દહીંમાં મેળવી પછી તે દહિંને લૂગડેથી ગળી લેવું અને તેમાં એટલીજ ખીજ ગાયની છાસ મેળવવી આ છાસ પીવાથી તુરતજ ખાવાની રૂચિ થાય છે. (૫) લીંડીપીપરનું ચૂર્ણ ગોળ સાથે ખાવું. (૬) કડુના ચોડા કટકા કચરી તેનો ઉકાળો કરી પીવો. આ છેલ્લા બે ઉપાયથી અરૂચીની સાથે જીર્ણ તાવ હોયતો તે પણ મટે છે.

અગ્નિ મંદતા—(૧) સુંદ, પીપર તથા ચિત્રાનાં મૂળનું ચૂર્ણ કરી ઉના પાણી સાથે ફાકવું (૨) ઝેર કચેલાં ધીની અંદર તળી તેની ફાકી ૧ રતીથી ૧ વાલ લેવી. (૩) પીપરી મૂળના ગંઠોડાની ફાકી ૨ વાલ, પાણીમાં અગર ગોળની રાખડી કરીને પીવી. (૪) તીખાં અગર લવીંગ ચાવવાં.

અગ્નિમાં બળવું—આંખનાં કે આસોપાલવનાં પાંદડાં પડેલાં પાન બાળીને તેની રાખ દાખવી કે માખણમાં કે તેલમાં મેળવીને ચોપડવી. (૨) પીંપળાના થડ ઉપરનાં સૂદાયલા છોડીયાં તથા જોડાનું કે બીજું જુનું ચામડું બાળીને તેની રાખ માખણમાં મેળવી ચોપડવી. (૩) કળી ચુનાના પાણીમાં અળશીનું તેલ, તલનું તેલ કે ટોપરાનું તેલ સરખે વજને મેળવી કપડું બોળી બળેલા ભાગપર મુકી રાખવું. (૪) ખાપરોવાનો ભુકો કમાવવો. (૫) ટોપરું બાળીને દાખવું અગર માખણમાં મેળવી લગાવવું (૫) જરા ચામડી દાઝી હોયતો ફક્ત તલનું તેલ લગાડવું. (૬) ફાલ્લો ઉઠેતો સોયથી ફાડવો પણ ચામડી કાઢી નાખવી નહિં તે ભાગ ઉપર ચોખા અગર ઘઉંનો બારીક આટો ભભરાવવો અગર રૂનાપોલ મુકવા. (૭) આંખનાં કે ત્રિકુળની રાખ ધી અગર તેલમાં મેળવી ચોપડવી. (૮) બાવળની કાલની ભુકી ભભરાવવી. (૯) બકરીની લોંડીની રાખ બળેલા ભાગપર ભભરાવવી. (૧૦) બળેલો ભાગ ચોખ્ખો થઇ બેં રાતી આવે ત્યારે ફક્ત ઠંડા પાણીનું પેતું મુકી રાખવું.

અજીર્ણ—સીંધવ અગર મીઠું, સુઠ, મરી તેની ફાકી સવારમાં છાસમાં લેવી. (૨) ચિત્રાના મૂળનું ચૂર્ણ ગોળમાં મેળવી ખાવું (૨) નજોડનાં પાન વાટી થોડો રસ કાઢી તેમાં મીઠું નાંખી પીવો. (૩) હીમજ, સુઠ તથા સીંધાલુણનું ચૂર્ણ ગોળમાં મેળવી ખાવું. (૪) સુઠ, લોંડીપીપર અને હરડેનું ચૂર્ણ ગોળની સાથે નિત્ય લેવાથી આમથી થયેલ અજીર્ણ, હરસ તેમજ મળબધને ફાયદો કરે. (૫) ચીત્રા, બોડી અનમોદ, સીંધવ, સુઠ, મરી એ પાંચ અગર મળે તેટલી વસ્તુનું ચૂર્ણ ખાટી છાસમાં પીવું. આ ચૂર્ણ પાંડુરોગ તથા હરસ વાળાને પણ ફાયદો કરે. (૬) ધાણા તથા સુઠનો ઉકાળો પીવાથી આમવાળું અજીર્ણ અને શૂળ પણ મટે. (૭) જેને નિત્ય સવારમાં અજીર્ણની શંકા રહ્યા કરતી હોય તેણે હરડે, સુઠ, અને સીંધાલુણની સવારમાં ફાકી ઠંડા પાણીમાં લેવી. (૮) ખાધેલા અનાજનો ખરાબ પાક થઇ છાતીમાં તથા ગળામાં બળતરા થતી હોય અગર ખાટા ગચરકા આવતા હોય તેનો ઉત્તમ ઉપાય એ છે કે, કાળી ધ્રાખ તથા હરડે ને સાંકર તથા મધમાં ચાટવી. (૯) અનમા તથા સંચળની ફાકો અજીર્ણ તેમજ અફરાને મટાડે. (૧૦) કાળી જીરી ૨ થી ૪ વાલ મીઠાની સાથે ચાવી પાણીથી ઉતારવી. (૧૧) કીડામારી પાવલી બાર ફાકવી (૧૨) ધીમાં તળેલ જેર ફાવેલાંની ફાકી ૧ રતીથી ૧ વાલ.

અતિસાર (જાડો) (૧) અજીર્ણના જડો હોય તો પ્રથમ એક દિવસ લાંબા કંઠથી એ સર્વોત્તમ ઉપાય છે. ખીલીફળનું ચૂર્ણ દહીંમાં લેવું. (૨) રાગ દહીંમાં નાંખીને પીવો ૨ થી ૪ વાલ તેથી લોહીનો જાડો પણ મટે. આમવાળા જાડામાં (૪) હરડે, દારૂદળદર, વજ, મેથ, સુઠ અને અતિચિખનો કાઢો. (૫) હરડે, અતવશ, હીંગ, સંચળ, ઘોડાવજ અને સીધવ તેને વાટી ઉના પાણીમાં ફાડી લેવી. (૬) ઇંદ્રજવ, અતવસ, ખીલીનો ગરબ, મેથ, વાજો અને કંચોરો એનો કાઢો ઘણા દિવસના જીના લોહીવાળા તથા શૂળવળા જાડને પણ મટાડે. (૭) સુંઠને એરડાના પાનમાં વાટી અગ્નીપર પકાવી ખાવી. (૮) ધાણા, વાજો, ખીલીનો ગરબ, અને સુંઠ તેનો કાઢો. આમ વગરના જાડામાં (૯) ઇંદ્રજવ, મેથ, ધાવડીના પૂલ, કાચાં ખીલા, લોદર, સુઠ, અને મોચરસ તેનું ચૂર્ણ છાસ તથા ગોળમાં. (૧૦) સુંઠ, વરીયાળી, હીમજ, ધીમાં શેકીને તેની ફાકી સાકર સાથે આપવી. (૧૧) પેટમાં કાંઈ ટકે નહિ ત્યારે જવ વાટીને તેનું પાણી પીવું. (૧૨) લોહીના જાડામાં કડા-છાલ અને દાડમનાં કાચાં ફળની છાલ તે બન્ને ભાર લઘ ખાંડી પોણા-શેર પાણીમાં ઉકાળી આરડા ભાર પાણી રહે ત્યારે ઉતારી મધ નાંખી પીવો. (૧૩) પાકાં ખીલાનો ગરબ ગોળમાં મેળવી ખાંવા અગરબન્ને દહીંમાં નાંખી પીવાં. (૧૪) જાંબુ, આંબો, અને આંબલી તેનાં ફળાં ફળાં પાનવાટી તેના રસમાં મધ તથા બકરીનું દુધ નાંખી પીવું. (૧૫) ગાયના દુધનું માખણ મધ તથા સાકરમાં આટવું. (૧૬) સુખડને ઘસી તેના પાણીમાં મધ, સાકર તથા ચોખ્ખાનું ઘોણુ નાંખી પીવું. (૧૭) ઇસબગુલ એડલે એથમી જીરું તેને પાણીમાં પલાળી સાકરનાંખીને પીવાથી અગર શેકીને દહીંમાં પીવાથી સર્વ પ્રકારના જાડને રોકે છે. (૧૮) કળીસુનાનું આછરેલું પાણી જાડા ઉલટીને રોકે છે. (૧૯) તડકામાં રખડવાથી ગરમીને લીધે થયેલ જાડામાં આંબળાનું પાણી, અથવા ખડસલીઆપિત્તપાપડાનું પાણી ઘણું સાફ છે. (૨૦) પેચોટીના જાડામાં ફટકડી અને ગોળ. (૨૧) અજીર્ણના જાડામાં વખમો વાલ ૧ થી ૨.

આંકડી—(૧) ૧ થી ૨ રતીભાર સમુદર ફળ સુંઠની સાથે લેવું. (૨) બે આંબીભાર અજમાની ફાકી. (૩) અરીણ ૦૧ થી ૦૧૧ રતી. (૪) ખાંડી (૫) મરીની ચા. (૬) પુદીનાની ચા. (૭) આદુનો રસ. (૮) બાટલીના ગરમ પાણીનો કે ગરમ મીઠાનો, કે ટરપીટન તેલ ચોપડી ગરમ કપડાનો શેક.

વનસ્પતિ વર્ણન.

The Vegetable Materia Medica.

(ગયા અંકના પૃષ્ઠ ૧૩૨ નું અનુસંધાન)

એલચી.

(સં. **પલા**; મ. વેલદોડ; હિ. ઇલાયેચી; બં. ઇલાચી; તા. ઇલાકા; ઇં. કારડેમોમ.)

વર્ણન—હિંદુસ્તાનમાં મલબાર, કોચીન અને કર્ણાટક વગેરે ગરમ પ્રદેશોમાં તેની પેદાશ થાય છે. તેની શીંગો ભોંયમગની શીંગોની પેઠે મળે અને લાગેલી હોય છે. એલચી ઘણી જાતની આવે છે. આપણાં બજારમાં કાગદી, મલબારી અને ઘોળી એવી ત્રણ જાતની આવે છે જેમાં કાગદી વધારે ઉંચી ગણાય છે. આ સિવાય મોટા એલચા આવે છે, તે ધણું કરીને જંગલી એલચીની જાત છે. તેના દાણા પશુ બજારમાં વેચાવા આવે છે. એલચી મુખ્ય કરીને મુખવાસની વસ્તુ તરીકે વપરાય છે અને તેની સુગંધી તથા સ્વાદને માટે મીઠાઇઓમાં નાંખવામાં આવે છે.

ગુણ—શીતળ છે; વરસ કડવી, તીખી, લઘુ, પિત્તકારક, મુખ તથા મસ્તકનું શોષન કરનાર, ગર્ભપાતક અને રક્ષ છે; તથા વાયુ, દમ, કફ, કિષરસ, હરસ, ક્ષય, વિરેદાવ, અસ્તિરોગ, કંઠરોગ, મૃતકૃચ્છ, અશ્મરી, વ્રણ અને કંડુ એટલે એના જે બ્યાધિમાં ફાયદો કરે છે.

ઉપયોગ—એલચી તરીકે તેનો ઉપયોગ બહુ થતો જોવામાં આવતો નથી. સીનોપલાદિ અને એલાદિ ચૂર્ણ જે ક્ષય, અને ઉલટી જેવા રોગપર સારું કામ કરી શકે છે તેમાં એલચી પડે છે. ખીજાં પણ કેટલાંક ઔપધોમાં તેનો ઉપયોગ થાય છે. ઘણીવાર જમ્યા પછી મોળ આવે છે અને અછોછી તથા ઉછાળા આવે છે તેને એલચી ખેસારી દે છે. એવે વખતે આઠ દસ એલચી ચાવી જવી. એલચીથી ખોરાકનું જલદી પાચન થાય છે. મુખવાસથી મુખની શુદ્ધિ થાય છે. કંઠ ખેસી ગયો હોય તો એલચી, ચણકબાજ અને સાકર મોમાં રાખવાથી કંઠ ઉધડે છે. પેટની ચૂંક તથા આક્રો તેનાથી મટે છે. ઠંડી હોવાથી કેટલાક ઠંડા લેપમાં અને આંખનાં અંજનોમાં તેનો ઉપયોગ થાય છે. પેસાબની સાથે ઘાત જાય છે તેમાં એલચી અને શેકેલી હીંગનું ચૂર્ણ કરી ૧ વાલ પ્રમાણમાં લેવું. કેટલીએક છોડીઓને પ્રદરના જેવો સફેદ સ્વાદ થાય છે તેમાં તેમજ સ્ત્રીઓના પ્રદરમાં એલચી, વાંસકપુર, બદામ, ગજોસત્વ અને સાકર અથવા તેમાંથી જે મળી શકે તેનું ચૂર્ણ દુધમાં લેવાથી ફાયદો થાય છે. એલચી ચાવીને કાન-

માં જોરથી ટુંક મારવાથી વીંછીનું ઝેર ઉતરે છે. નેપાળનો રેત્ર વાળવા માટે અથવા તેની ગરમી ઓછી કરવા માટે એલચીને દહીંમાં વાટીને પી-
તી. એલચીદાણા, કેસર, જાયફળ, વાંસકપુર, નાગકેસર, અને શંખજીરું એ
છ વસ્તુનું ચૂર્ણ કરી દરરોજ એ વખત મધ ધી તથા સાકરમાં મેળવીને
એક એ અઠવાડીયાં સુધી ચાટવાથી લોહીવા, અને પેસાળમાં પડતું લોહી
અટકે છે. એલચીદાણા તથા સીંધવનું ચૂર્ણ ધી તથા મધમાં ચાટવાથી
કક મંટે છે.

એળીયો.

વર્ણન—એળીયો એ કુંવારનો મુકંવલો રસ છે. કુંવારની આ દેશમાં
સર્વત્ર પેદાશ થાય છે અને ઔષધ તરીકે પ્રાચીનકાળથી પ્રસિદ્ધ છે. એ
કુંવાર વિષેનું વર્ણન જુદુ આપવામાં આવશે. એળીયો આપણા દેશમાં બ-
નતો નથી, તેમ ઔષધ તરીકે તેનો શું ઉપયોગ છે તે વિષે પણ આ
દેશના પ્રાચીન ગ્રંથોમાં ક્યાંઈ લખેલું જોવામાં આવતું નથી. એળીયાની
પ્રથમ બનાવટ સોક્રાટા નામના ટાપુમાં થયેલી કહેવાય છે. તેના ઔષધ
તરીકે ઉપયોગ પ્રથમ ગ્રીક લોકો કરવા લાગ્યા અને તેમની પાસેથી મુસ-
લમાન લોકો શીખ્યા. મુસલમાન લોકોએ તેનો ઉપયોગ આ દેશમાં કરવા
લાગ્યા અને ત્યારથી એળીયાનો આ દેશમાં ઉપયોગ જાણવામાં આવ્યો.
એળીયો હળુ પણ આફ્રિકા અને અર્ધસ્તાનથી આ દેશમાં આવેલો ઔષધ આ-
વે છે. આ દેશમાં ફક્ત કાઠિયાવાડની દક્ષિણે આવેલા જલ્દરાબાદના સીધી
લોકો એળીયો બનાવે છે, પણ તે બહુજ થોડા જથ્થામાં બને છે. કુંવારના
રસમાંથી એળીયો બનાવવાની રીત એવી કહેવાય છે કે, ભોંયમાં ખાડો
ખોદી તેમાં ચામડું પાથરવું. તે ખાડાના કિનારાપર કુંવારનાં કાપી લાવે-
લાં તાજાં લદરાં મુકવાં, જેથી તેમાંથી રસ ઝરી ખાડામાં પાથરેલા ચા-
મડાપર પડે તે સૂકાઈ જાય તેનું નામ એળીયો. આ એળીયો ગળકતા પી-
ળા રંગનો હોવો જોઈએ, પણ ચામડાના પાસથી તેમજ તેની અંદર ધૂળ
માટી વગેરે ભગવાથી અને ઘણે ઠેકાણે ફરવાથી કાળો પડી જાય છે. ખા-
વાના કામમાં લેવા માટે તે એળીયાને શુદ્ધ કરવાની જરૂર છે. એળીયાને
શુદ્ધ કરવાની સહેલી રીત એ છે કે તેને પાણીમાં ઓગાળી તે પાણી ક-
પડાવતી ગાળી લેવું અને પછી તે પાણી અગ્નીના તાપથી અગર સૂર્યના
તડકાથી ઉઘાડી દેવું.

ગુણ—સારક, રેત્રક, તથા ઋતુ લાક્ષણિક.

ઉપયોગ—૧. હૃદયના દરદીઓને માટે એળીયો ઘણી સારી દવા છે. તે એકલો લેવા કરતાં બીજી દવાઓની સાથે લેવા વધારે અનુકૂળ છે. એળીયો, કકાંબો, તજ, તથા કકુ એ ચાર સરખે વજનને લઈ તેની લીંબુના રસમાં ગોળી વાળવી. બન્ને ત્રણ ત્રણ વાલની એક કે બે ગોળી સુતી વખતે લેવાથી સવારમાં સાફ દસ્ત આવે છે. ખેંચતાણુ અને હિસ્ટીરીયા વાળા દરદીઓને ઘણું કરીને ઝાડાનો કબજો હોય છે. આવું દરદી ઉપડી આવે છે ત્યારે દસ્ત સાફ આવે એવી દવા આપવાની જરૂર છે અને તેમાં એળીઓ કિંગ તથા ગુગળની ગોળી વાળી આપવી યોગ્ય છે, કેમકે એ ત્રણે દવાઓ દસ્ત સાફ લાવવાની સાથે ખેંચતાણુને શાંત કરે છે. ઋતુ લાવનાર દવાઓમાં એળીયા અને ગુગળની ખાસ અસર જોવામાં આવે છે. સ્ત્રીઓના કેટલાક ઋતુ સંબંધી રોગો જેવાં કે ઋતુનું ચડી જવું તથા ઋતુનું અનિયમિત રીતે દેખાવું, આવા રોગમાં ગુગળ, હીરામેળ, વગેરે બીજી દવાઓની સાથે એળીયાનું સેવન થોડા દીવસ કરવાથી આરામ થાય છે. હરસ-વાળા દરદીને પણ એળીઓ માફક આવે છે. એળીયો પિત્તનો સ્ત્રાવ કરે છે અને તેથી પિત્તનાં દરદો જેવાં કે કમળો, ચક્રત એટલે હીવર અને ખરલની ગાંઠ ઉપડી આવે છે તેમાં એળીયાનો જીરૂદાળ કાયદો કરે છે. પેટ ચૂકમાં એળીયો તથા દેકામાળીનો લેપ આપાય છે.

એળીયામાં આટલા બધા ગુણ છતાં તે વાપરવાની કેટલીક સાવચેતી રાખવાની જરૂર છે. ઘણા દીવસ સુધી રેચ તરીકે એળીઓ લેવાથી મરો થઈ આવે છે તથા પૂંઠ બને છે. વળી ગર્ભવાળી સ્ત્રીઓને ચાલતાં સુધી એળીઓ આપવા નહિ જોઈએ, કેમકે તેમાં ઋતુ લાવવાનો ગુણ હોવાથી એળીયાના સેવનથી વખતે ગર્ભપાત થઈ જવાનો ભય છે. ધારાં તથા બળેલા ભાગપર એળીયાનો મલમ અગર કુંવારોતો ગરબ બાંધવાથી તેવા ભાગ સારા થાય છે. વાળા ઉપર એળીયો આપવામાં આવે છે.

શરીરની ક્રિયાઓ.

Functions

એન્જનનું દ્રષ્ટાંત.

માણસનું શરીર એ એક જીવતા સંચા જેવું છે. જેની રીતે ચાલનાર ગતિમાં મુકવાને માટે બળતણ, હવા અને પાણીની જરૂર છે. તેવીજ રીતે માણસનું શરીર, જે એન્જનના જેવુંજ છે, તેને ગતિમાં મુકવાને

અથવા જીવતું રાખવાને ખોરાક, પાણી અને હવાની જરૂર છે. એન્જનને ગતિમાં મૂકવાને તેમાં બળતણ પાણી અને હવાની જરૂરીયાત ઉપરાંત વિશેષમાં હાંકનાર એન્જનીયરની જરૂર પડે છે; પણ માણસમાં એ ગતિ સ્વભાવ સિદ્ધ પ્રાપ્ત થયેલી હોવાથી બહારની ગતિની તેને જરૂર પડતી નથી. આ સ્વાભાવિક ગતિ શરીરમાં કાયમ રહેવા માટે માત્ર તેને ખોરાક, હવા તથા પાણી જેવા પદાર્થોની જરૂર પડે છે. શરીર તેના જન્મની સાથેજ ઓછા વયના પ્રમાણમાં કાંઈકે કાંઈક પ્રકારે સદૈવ ક્રિયા કર્યા કરે છે, અને જેમ એન્જન ધુમાડા અને રાખ જેવા નકામા પદાર્થો બહાર ફેંકે છે, તેમ શરીર પણ ચામડી, ફેફસાં મળાશય અને મૂત્રાશય દ્વારાજે નિર્રથક પદાર્થોને પસીના મળ તથા મૂત્રના રૂપમાં બહાર ફેંકી દે છે. એન્જન માંહેનાં બળતણ, પાણી અને હવા, જે કે એન્જનથી ખુટી જાય છે, તેપણુ તે એન્જનથી અલગ રહે છે, પણ માણસ જે ખોરાક, પાણી અને હવાને શરીરમાં લે છે તે ક્ષય થતા પહેલાં, શરીરની સાથે મળી જાય છે, અને તેથી શરીરમાંથી મળ, મૂત્ર તથા પસીના રૂપે જે જાય છે, તે તેનો ક્ષય સમજવો. માણસ જેમ વધારે મહેનત કરે તેમ તેના શરીરનો ક્ષય વધારે થાય છે. ચાલવું, બેસવું, વાંચવું, અને આંખના મટકાં સરખી ક્રિયામાં પણ શરીર ઈંધી કાંઈક ક્ષય થતો જાય છે. જીવતા શરીરમાંથી નિરંતર જે વસ્તુનો ક્ષય થતા કરે છે તે ક્ષયનો બદલો ખોરાક, પાણી, અને હવાથી પુરો થાય છે. શરીરના જે અવયવો આ વસ્તુઓને ગ્રહણ કરે છે તે અવયવો તે વસ્તુઓને શરીરના પોષણરૂપ બનાવે છે, શરીરના નિરંતર થતા ક્ષયનો અટકાવ કરે છે, અને પછી શરીરની ગરમી અને ગતિ કાયમ રાખવા માટે એજ અવયવો તે પોષણની વસ્તુઓને ખુટાડી દે છે. ખોરાક તથા પાણી લેવાને માટે મોઢું, હવા લેવા માટે મોં તથા નાક, ખોરાકને હોજરીમાં લઈ જવાને માટે અન્ન નળ અને નકામા પદાર્થોને શરીર બહાર ફેંકી કાઢવા માટે આંતરડાં કામ કરે છે. જ્યારે આધેક્ષા ખોરાકનું બદલાઈને લોહી થાય છે ત્યારે તે લોહી એક નળી વાટે હૃદયમાં જાય છે. હૃદયમાંથી તે લોહીને પાછું ધક્કેલવામાં આવતાં તે ફેફસાંમાં જાય છે, જ્યાં પ્રાણવાયુના સંયોગથી તે સ્વચ્છ થાય છે, અને તે લોહીમાંનો અસ્વચ્છ પદાર્થ જેને અંગ્રેજીમાં “ કાર્બોનિક એસીડ ગ્રાસ ” કહે છે તે એન્જનના ધુમાડાની જેમ બહાર નીકળી જાય છે. ફેફસાંમાં લોહીનો મ્હોટો ભાગ ખપી જાય છે અને શરીરના પોષણ માટે જરૂરની ત્રણ વસ્તુઓમાંની એક વસ્તુ-હવા-એ ફેફસાં મારફત પુરી પડી શકે છે. ખોરાકનું જે લોહી બને છે તે શરીરની

નિરંતર ગતિ અને ક્રિયાને લીધે ક્ષય પામતા દ્રવ્યગુણોને નવા ઉત્પન્ન કરવામાં કામ લાગે છે, અને એન્જનમાં જેમ કોયલા અને પાણીથી તેની ગરમી કાયમ રહે છે તેમ શરીરમાં તે વડે ગરમી રહે છે. આ ગરમીથીજ શરીર ચંચળ અને ચૈતન્યવાળું રહે છે. માણસ જાતનું શરીર જે જીવંત જીવંત કાર્યો કરે છે તે બધાંને ક્રિયામાં મૂકનાર તેમાં રહેલો “આત્મા” છે. ખોરાક, પાણી અને હવા માત્ર શરીર અને આત્માને સાથે જોડી રાખવાનું કામ કરે છે. કોઈપણ કાર્યની ઇચ્છા થવી, એ મગજનું કામ છે, જે તંતુઓની મારફત ક્રિયા કરે છે. માણસની ઇચ્છાથી કાર્ય કરવાની જ્યારે કોઈ અવયવને જરૂર પડે છે ત્યારે તેની “ઇચ્છા” જ્ઞાન તંતુઓ દ્વારા ક્રિયા કરે છે; અથવા જ્યારે કોઈ માણસ જીવે છે, સ્પર્શ કરે છે, સાંભળે છે, સ્વાદ લે છે અને સુંધે છે, ત્યારે આ જ્ઞાનની લાગણીઓના ખખર જ્ઞાન તંતુદ્વારા મગજને પહોંચે છે. જ્યારે હાથને ઇચ્છાથી નહિ પણ બહારના બળથી ગતિ આપવામાં આવે છે ત્યારે તે તે કાર્ય ગતિ તંતુઓથી યથાસ્થિત થાય છે; પણ જ્યારે ક્રિયા કરનાર “ઇચ્છા” હોય છે, ત્યારે તે ગતિતંતુ ઉપર જ્ઞાનતંતુ દ્વારા ક્રિયા કરે છે અને સારેજ હાથને ગતિમાં મૂકી શકાય છે. અસંખ્ય તંતુઓ જે કેટલાક અવયવો અને આખા શરીરપર પથરાયેલ છે તે અંત મગજની વચ્ચેમાં એક એવી વસ્તુ છે કે જે અવયવો અંત શરીરના જીવંત જીવંત ભાગો તરફ ઇચ્છાની શક્તિને દોરી જવામાં અને તે ભાગોમાંથી મગજને માટે લાવવામાં અને મગજને તે સમાચાર પહોંચાડવામાં ફત અથવા મારફતીયાનું કામ કરે છે. આ વસ્તુ “કરોડ રજ્જુ” છે. શરીરમાં એવા તંતુઓ ઘણા છે, પણ આ “કરોડ રજ્જુઓ” શરીરના મુખ્ય તંતુઓ છે, અને માણસના શરીરની કેટલીએક ગતિઓને ક્રિયામાં મૂકવામાં સૌથી અગત્યનો ભાગ ભજવે છે. આ વિષે કરોડ રજ્જુ અને જ્ઞાનતંતુઓ વિષેના વિવેચનમાં વધારે સમજ આપવામાં આવેલી છે.

અકસ્માતો.

Accidents & Injuries.

શરીરનો આંચકો-ધક્કો.

ખંદુકની ગોળી વાગે, સાંધો ખડી જાય, પેટ અગર પેડુ ઉપર ધા વાગે અને અગ્નિથી સખત દહાય ત્યારે શરીરને એકદમ ધક્કો લાગતાં દરદી

એભાન પ્રતિ નાનપાટ ભાગ ઉપર પડે છે, શરીરમાંથી બ્યાર ઘણું લાગ્યું વધી ગયું છે ત્યારે પણ આ સ્થિતિ બંને છે; બચથી, હંડીથી, અને ઝેર આવામાં આવે છે ત્યારે પણ આ સ્થિતિ થઈ ગયે છે. આવી રીતે પહેલા માણસનું શરીર હંડુગાર થઈ ગયું છે અને તે અરથો એભાન થઈ ગયે છે; નાડી નબળા લાગે છે, અને શ્વાસોશ્વાસ પણ નહિ પાખી શકાય એવા ધીમા પડી ગયે છે શરીર પર અને મુખ્ય કરીને કપાળ ઉપર હંડા પરસેવાનાં બાંદુઓ પાડે છે, ગ્નાયુ બાંદુલ નબળા પડે છે અને ચામડી સ્પર્શ જાન સંવેદન બની ગયે છે. બધી સ્થિતિ લગભગ મૂંઝાને મળતી આવે છે. કેટલાક કેસોમાં પ્રથમથી કઠાળા, હેડકી અને કિલટી થાય છે. જે મગ્ન અરગની કરોડને, ખેડને, છાતીને, કે ગુલ્મ અવયવોને થઈ હોય છે તો તેનો ધક્કા વધારે સખત લાગે છે. જે મગ્નને મગ્ન પહોંચી ગયે છે તો બેશુદ્ધિ વધારે આવી ગયે છે, જે કે શ્વાસોશ્વાસ જલદીથી આવતા હોય છે. ઘણી વખત દાડના નિશાની પેડે માણસને બચાવે છે. કિલટી થતી એ આરામનું ચિન્હ છે. આરામ થવાનાં સાથી અનુકૂળ ચિન્હો એ છે કે શરીરનો ઉપરનો ભાગ અનેજ (ગર્ભ) થવા માં છે. અને દરદી જરા બેચેન જણાય છે. તથા પડખાભરે બુવાની વાત બતાવે છે. થોડા કલાકમાં તથા ગરમ થવાથી તાવ આવે છે. એવું જણાય છે, એકેને તેજ મારે છે અને નાડી જલદી આવે છે તો પણ આરામ થવાનો હોય છે તો આ ચિન્હો તરતજ અદૃશ્ય થાય છે. અને તદન આરામ થાય છે. જે આરામ ન થતો હોય તો તાવનાં ચિન્હો વધે છે અને થોડા કલાક પછી ગ્નાયુનો વેગ ઘણો વધીને દરદી નાંખાઈ ગયે છે. હાથનાં કાંઠાની નરો કંપે છે, બેચેની અને તંદ્રા દેખાય છે, નરો નબળા થાય છે, ચામડી હંડી પડે છે અને હેડકી તથા કિલટી પણ થઈ આવે છે. વખતે આંચકો આવે છે. મોટાં કરતાં છોકરાંઓમાં આંચકો વધારે સાધારણ હોય છે. નબળાં અને નાબુક માણસો મોટાં બુધરે છે. બેશુદ્ધિનાં ચિન્હો જલદી પસાર થઈ ગયે અથવા કોઈ કોઈ વાર સાવચેતી આવતા પહેલાં ૪૮ કલાક જેટલાં લાંબો સમય પીતી ગયે છે.

ઉપચાર—મગ્નને લાગેલા આંચકાની અસર દૂર થયેલ ન હોય ત્યાં સુધી હૃદય તથા ફેફસાંની ક્રિયા અને શરીરની ગરમી કાયમ રાખવી, એ પહેલાં મુખ્ય ઉપચાર છે. દરદીને ગાદી ઉપર અથવા તકીઆના આધાર આપીને મવાવેલા જે લોહી વધારે ગયું નહોત્ય અથવા જખમ મોટા નહો-

૫ તો નેન બે કામળામાં લંબેડીને સુવાડેલા. ગરમ પાણીના શીશા અથવા ગરમ કરેલી ઈંટા ફલાલીનના ગરમ કપડામાં વીંટીને દરદીના પગ પાસે અથવા બગલ નીચે મુકવી અને તેમ કરવામાં દરદી દાંઝ નહિ તેની સાંભાળ રાખવી. ગરમ ખાંડી અથવા ખીન્ને દાઢ અને તે નખાવે તો દ્રાક્ષાસવ ત્રીભ લાગતું પાણી મેળવી ચમગે ચમચે વારંવાર આખ્યા કરવો. લાંહી બહુ ગયું હોયતો ખાંડીનો ઉપયોગ ન કરવો. રક્તસ્રાવ બંધ ન પડે ત્યાં સુધી શેક બાક માત્ર પગે જ લાગુ કરવો. વળી એ પણ યાદ રાખવું કે સાવચેતીનાં સારાં ચિન્હો માદમ પડ્યા પહેલાં દરદીને ખેંકા કરવો નહિ. સાવચેતીનાં સંપૂર્ણ ચિન્હો સ્થાપિત થયા પછી અને દરદીના શરીરમાં ગરમી દાખલ થયા પછી જીલાળના અને હંડા ઉપચારોની જરૂર છે.

મગજનો આંચકો.

ગાથામાં સીધી રીતે કાંઈ ધા વાગવાથી અગર ખીછ રીતે કાંઈ ચાંત્રિક આંચકાની જગ થવાથી મગજનું કાર્ય એકદમ અટકી પડે છે. આ સ્થિતિના જીદા જીદા દરજ્જા છે. હલકા આંચકામાં દરદી એકાએક અશક્ત બની જાય છે. અવયવો કંપવા લાગે છે. અને ચાલતાં ચાલતાં અડબડીયાં ખાય છે. એજ વખતે કાનમાં કાંઈ વાગતો અવાજ આવે છે અને આંખે અંધારા આવે છે. દરદીને અંધારા વાળી જગામાં થોડો વખત સુવાડી રાખ્યાથી આ ચિન્હો જલદી દૂર થાય છે. વધારે આંચકો લાગ્યો હોય તો દરદી જડ, ફિક્કા અને બેશુદ્ધ બની જાય છે. ત્વચા હંડી અને નાડ નખળી થાય છે. આંખનાં પાપચાં ખીગ્રહ જાય છે, કીકીગો સંક્રાચાહ જાય છે, અને હાથ તથા પગ ધણું કરીને શરીર ઉપર વળી જાય છે. શ્વાસોશ્વાસ ધીમો તથા નિયમિત હોય છે; અને જો દરદીને કંઈ અવાજો જગાડી બોલાવવામાં આવે છે. તો આંખો ઉઘાડે છે ઉતાવળો ઉતાવળો જવાગ આવે છે અને ફરી બેશુદ્ધ બને છે. મગજ દબાણમાં આવેલું હોય છે તો શ્વાસોશ્વાસ બહુ જોરથી ચાલે છે અને દરદી જગતો નથી. કાંઈક વખત ગયા પછી દરદી બેચેનપણે હલે છે કલટી કરે છે અને શુદ્ધિમાં આવે છે પણ કેટલાક કલાક સુધી તમર ખાઈ ગબરાયેલો ઉંઘમાં પડ્યો રહે છે. એથી પણ વધારે સખ આંચકામાં દરદી અતીશય બેશુદ્ધ બની જાય છે, શરીરની સપાટી શીકા વર્ણની અને હંડી પડી જાય છે, નાડી અશક્ત તેમજ અનિયમિત થાય છે અને શ્વાસોશ્વાસ થાકેલે થાકેલે આવે છે. મગજનાં આંચકાનાં ચિન્હો શરીરના ધક્કાને મળતાં

હોય છે, પણ મગજને સીધી રીતે ઇજા થવાથી તેમાંથી નીપજેલ આ ચિન્હો વધારે સખ હોય છે તેટલા માટે મગજને ઇજા થયા વિનાના શારીરિક ધક્કા કરતાં મગજના ધક્કામાં બેશુદ્ધિ વધારે આવે છે.

મગજનો સાધારણ આંચકો ગણસના મોતનું કારણ નથી થતો, તોપણ તે મગજમાં કેટલીકવાર એવી ઇજાઓ મૂકી જાય છે કે જે નિરંતર ધર કરી ગંભીરરૂપ પકડે છે. તેનું મગજ વારંવાર ચીડવડ જઈ મિનન જાય છે, અથવા દારૂ વગેરે પીવા પછી વધારે જલદીથી આવેશમાં આવી જાય છે; આખ અને કાનમાં કાંઈ ખોડ આવે છે, શારીરિક અને માનસિક નબળાઈ પ્રાપ્ત થાય છે; અને વખતે ક્ષણિક કે જાત્રુ ઘેલછા ધર કરે છે. મગજને ધક્કો લાગ્યા પછી સંપૂર્ણ રીતે આરામ થયા પહેલાં જે લોકો મગજને શ્રમ આપવા જેવા કામમાં લાગે છે, તેમને ઉપર લખી ઇજા રહી જાય છે. માટે આવા જનાવમાં દરદીએ ગફલત નહિ કરતાં બહુજ ધીમે ધીમે કામ લેવું, કે નથી મગજમાં એવી કાંઈ પણ માડી અસર ધર કરીને રહેવા પામે નહિ.

ઉપચાર— મગજને ધક્કો લાગે કે તુરતજ દરદીને અંધારા ઓરડામાં લેવો, ડોક તથા છાતી ઉપરનાં કપડાં દૂર કરવાં, માથુ જરા ઉંચું રાખવું, અને ઠંડા પાણીથી ભીંજવેલું કપડું કપાળ ઉપર મુકવું. વધારે સખત ઇજા થઈ હોય અને દરદીનું શરીર ઠંડું પડી ગયું હોય તો દરદીને ગરમ કપડાંથી લપેટવો, અને ગરમ પાણીના શીશાઓને ગરમ કપડાં વીંટી તે શીશાઓ પગનાં તળાં તથા બગલોમાં મુકવા અને હાથ, પગ તથા હથેલીઓને સારી રીતે ઘસવી. દારૂ અથવા ખીજી ઉત્તેજક દવાઓ નહિ આપવી. પણ દરદી ગળે ઉતારી શકે એમ લાગે કે તરત જરા પાણી પાવું. જે બેશુદ્ધિકાંભો વખત સુધી જારી રહે તો હીંગ બે આની બાર, સા. ખુ બે આની બાર, એરંડીયું તેલ બે રૂપીઆભાર અને ગરમ પાણી ચર-ધો શેર એ સર્વ સાથે મેળવીને તેની પીચકારી પુંડેથી દેવી. આવા ઘણા કેસો જે વધારે જોર વાળા ઉપાયોની ધાંધલ કરવાથી કચળી જાય છે તે આવા સાદા ઉપચારોથી ઘણી સારી રીતે સારા થઈ શકે છે. દરદીને ઉંઘની દવા વગર સ્વભાવિક રીતે ઉંઘ આવે એમ કરવું. શુદ્ધિમાં આવ્યા પછી દરદીને શરીર તેમજ મનનો સારી રીતે આરામ આપવો, જાડો સાફ રહે એવી સારક દવાઓ દેવી, અને હલકો પોષણ કારક ખોરાક દેવો. ઉત્તેજક પદાર્થો આપવા નહિ. આટલું કર્યા છતાં કાંઈ ચિન્હો બાકી રહેતો ડોકના પાછલા ભાગની ગરદનપર રાઇની સખત પટ્ટી મારવી.

ધરવૈદ્યું.

મોટા કદનાં રોચક ૫૦૦ પૃષ્ઠનો ગ્રંથ

સૌથી ઉપયોગી તથા સૌથી સસ્તો.

કિંમત.

અગાઉથી રૂ. ૧૫ પાછળથી રૂ. ૨૫

ગૂજરાત આર્ય ઔષધશાળામાં નામ નોંધાવે.

અમૃતવદ્ધી.

દવાઓની પ્રસિદ્ધિ હાલમાં તો બહુધા તેમના ગુણને માટે થતી હોય તેના કરતાં જાહેર ખખરોના જોરથી વિશેષ થતી જોવામાં આવે છે; અને એવી અંધાધુંધીમાં ઉત્તમ દવાઓ અંધારામાં રહી જાય છે. પણ વખત એવા આવ્યો છે કે, બોલે તેનાં બોર વેચાય છે; અને ખાટાં બોર પણ જાહેર ખખરોની ઘ્યૂંગલો પૂકાતાં ખપી જતાં જોવામાં આવે છે. ભારે મીઠાં બોર વાળાઓએ મૈત્ર્ય શા માટે ધારણ કરવું જોઈએ? ધાતુ પૌષ્ટિક ગોળીઓ અને ટૉનિક પિલ્સ જગતમાં ઉભરાઈ ચાલી છે, અને અલબત્ત તે બધી ટૉનિક દવાઓ ઓછા વધતા પ્રમાણમાં કેટલાકને ફાયદાકારક નીવડતી હશે; અમારી આ પૌષ્ટિક ગોળીઓના સંબંધમાં અમે વધારે બોલવા ચલાતા નથી. દીલી પડેલી વીર્ય વાદીની રંગોને મજબુત કરવામાં તે ઘણીજ ઉત્તમ નીવડેલી છે અને તેથી તે ગોળીઓ પુરુષત્વને આપવાવાળી છે. ફક્ત વનસ્પતિનીજ અનાવટ હોવાથી કાંઈ પણ પરેશ વિના નિર્ભયપણે વાપરી શકાય છે. સ્ત્રી પુરુષોના વીર્ય અને રજ સંબંધી સર્વ વિકારોને મગડી શરીરના સર્વ અવયવોને સુદૃઢ કરે છે; સર્વ પ્રકારના ગુના પ્રમેહ (પરમા)ના રોગને દુરસ્ત કરે છે. સ્વપ્નાવસ્થામાં વીર્યપાત, વીર્યઆવ, અને જનનેદ્રિય વ્યાપારના અતિયોગથી ઉત્પન્ન થતા નાના પ્રકારના વ્યાધિઓને આ ગોળીઓ જરૂર મટાડે છે, સ્ત્રીઓના ગર્ભાશયની અને ઋતુ સંબંધી ફરિયાદોને દુર કરે છે, અને પાચન ક્રિયા ઉપર તે બહુજ સાર કામ કરી શકે છે.

વૈદ્ય વિધાના વિલાસીઓને માટે એક સારી તક.

શરીર સંરક્ષણના મહત્વને સમજવાવાળા ગૃહસ્થોને વિચારપના કરવાની, “શરીર સંરક્ષણ” સંબંધી કેટલાંક ઐત્તરિક ઉપયોગી નિબંધો મારી પાસે લખેલા તૈયાર પડેલા છે કે જેની ઘેર ઘેર, અને દરેક નિશાળમાં લ્લાણી થવી જોઈએ. અફસોસની વાત એ છે કે, નાટકની અને નદારી વાંતાની ચોપડીઓ નાદાન હોકરાઓ ધરમાંથી પૈસા ચોરીને પણ ખરીદી વાંચે છે, ત્યારે જે જ્ઞાન ઉપર તમામ વિદ્યાઓ, શાસ્ત્રો, અને સુખનો પાયો રચાય છે, તેવા આશીર્વાદરૂપ વિષય ઉપર સમજી માણસોનું પણ લક્ષ્ય ખેંચાયું નથી! અને તેથી આ સર્વોત્તમ જ્ઞાન અધિકારમાંજ પડી રહ્યું છે! તેનાપર અજવાળું પાડવું, એ દરેક સહૃદય અને સ્વદેશાભિમાની દેશીભાઈનું કર્તવ્ય છે. હું આશીર્વાદો જની શકે તે આ વિષયમાં યતન કરું છું, અને અવિવેક તો થશે, પણ મારે કહેવું પડે છે કે, આ વિષયમાં ગુજરાતી ભાષા દ્વારા કોઈએ નથી ક્યો એવો પ્રયત્ન નિઃસ્વાર્થ પરાયણ મેં કરવા માંડેલો છે, જેની ખુબ કરનારાઓ કરે છે. પણ આ હેતુ વધારે સારી રીતે પાર પડે. તેને માટે મારા નીચેના સંકલ્પ તરફ સર્વ સમજી સહૃદયોનું ધ્યાન ખેંચવાની રજા લઉં છું:—

મારા લખેલા નિબંધો છપાવી પ્રસિદ્ધ કરવા માટે માત્ર છપામળી ખર્ચ માટે રૂ. ૫૦) આપે તેમને તેમાંનો એક નિબંધ અર્પણ કરવાં એટલુંજ નહિ પણ આ યત્ન કરવાનો જે હેતુ છે તે હેતુ સારી રીતે પાર પડે તે માટે પોતાની નાત જતમાં અથવા ઈચ્છા પ્રતિ લ્લાણી કરા માટે તેની ૫૦૦) પ્રતો તેમને કિમ્મત લીધા વિના આપવી. આ દરેક નિબંધ ત્રીયલ ખત્રીશ પૈશ લગભગ ૧૫૦ પૃષ્ઠોનો છે.

નમુના તરીકે થોડા એક નિબંધો નીચે આપ્યા છે:—

આરોગ્ય રહેવાના ઉપાય ૦-૨-૦	આરોગ્યતાના ૧૦૮ નિયમો... ૦-૨-૦
અહમચર્ચ..... ૦-૨-૦	સ્ત્રી-ઉપચાર..... ૦-૨-૦
ખાળલગ્ન..... ૦-૨-૦	ગર્ભાધાન..... ૦-૨-૦
સંતાતશીરીતે ઉત્પન્ન કરવી. ૦-૨-૦	આહાર..... ૦-૨-૦
ઋતુચર્યા..... ૦-૨-૦	વિહાર..... ૦-૨-૦
ખાળોપચાર..... ૦-૨-૦	વીર્યરક્ષા.. ૦-૨-૦
માતાઓને સલાહ..... ૦-૨-૦	

આમાના અતુકમે પહેલા ત્રણ છપાયા છે અને ચોથો આ ચોપા-નિયામાં શરૂ થયો છે. આશા છે કે, આ લેખોની કિમ્મત સમજનારા ગૃહસ્થો આ યત્નમાં ખતતી મદદ આપશે કે અપાવશે.

તાંત્રી- “વૈદ્યકલ્પતરૂ”

વૈદ્યક કલ્પતર.

વૈદ્યક સંબંધી ઉપયોગી વિષયો ચરચનાર
માસિક પત્ર.

A MONTHLY MEDICAL ADVISER.

પુસ્તક ૪ થું. અક્ટોબર સને ૧૮૯૮. અંક ૧૦ એ.

તંત્રી

વૈદ્ય જટાશંકર લીલાધર ત્રિવેદી

ગૂજરાત આર્ય ઔષધશાળા
અમદાવાદ.

વિષયાનુક્રમ.

વિષય.	પૃષ્ઠ.	વિષય.	પૃષ્ઠ.
કરુણા પરસોક ગમન અથવા		સહેલા ઉપાયોનો સંગ્રહ...	૧૬૧
ઝંડુ વિરહ	૧૫૩	શરીરના ધાતુઓ.....	૧૬૩
રસાયુર્વેદ.....	૧૫૪	ધાતુઓનો રૂપાન્તર ક્રમ ...	૧૬૫
મહાનિદાન	૧૫૬		

અમદાવાદ—“પ્રજ્ઞાબંધુ” પ્રીન્ટીંગ પ્રેસમાં મુદ્રાંકિત કર્યું.

વાર્ષિક મૂલ્ય

ચેસ્ટેજ સાથે રૂ. ૧૧ અગાઉથી. પાછળથી રૂ. ૧૦.

(સર્વ હક સ્વાધિન.)

નીચેની લીટીઓપર લક્ષ આપવા

તરફી લેશો?

૧. આપના તરફથી લવાજમ ન મોકલવાનું હોય તો હવે લેવાસર મોકલવાની મહેરબાની કરશો અને લેટનું પુસ્તક અલગથી મંગાવી લેશો.
૨. ચોપાનિયું વે. પે. કરીને લવાજમ મંગાવી લેવાનો અમારો રીવાજ જણાએક સરલ ગ્રહસ્થાને સારો અર્થ લેશે. લાગેલો છે.
૩. પણ કોઈ કોઈ રાજેશ્રીઓ તેમ માન ઓછું થયેલું માનતા જણાય છે. તેમણે હવે પે વડે તો મોકલવું જોઈએ છીએ.
૪. આહુક થઈ લવાજમ મોકલવામાં જેઓ હિપકાર કરે. લે. માનતા હોય તેમણે મહેરબાની કરીને ચલ. લવાજમ મોકલી આપી ચોપાનિયું બંધજ કરવું.
૫. આ ચોપાનિયાની ખુજ જણવાવાળા ભાવીક વાંચનારાઓની સંખ્યામાં વધારો થતો જાય છે, અને તેથી ચીનના સાહુકારોનાં નામ અમે અમારા સિસ્ટમાંથી છેત્રી કાઢવા માંડય છે.
૬. એવા પણ સાહુકારો પડેલા છે કે, આહુક થતાં નવતથા હીરજી બનતા અને પૈસા માગતી વખત શરમ ભરેલાં જહાનાં કાઢતા જેવામાં આવેલા છે.
૭. પણ આ ચોપાનિયું દ્રવ્ય પ્રાપ્તિને માટે નથી પણ સારા ઉપયોગી ગોળ ચીનના પ્રસાર માટે છે.
૮. એવો હેતુ લક્ષમાં રાખીને, કેટલાક ભાવીક વાંચનારાઓ, જેઓ પુરત પૈસા ખર્ચવાને અશક્ત જણાવે છે, તેમને બનતી સગવડે આ ચોપાનિયાનો લાભ આપવાને અમે ચુકતા નથી.
૯. આ ચોપાનિયાનાં આહુકોની સંખ્યામાં વધારો થાય છે તેનો લાભ આહુકોનેજ આપવામાં આવે છે.
૧૦. માટે અમારા આહુકોએ વધારે નહિ તો એક એક આહુક વધારી આપવાનું માથે લેવું જોઈએ.

વૈધકલ્પતરુ.

પુસ્તક ૪ થું.

અક્ટોબર સને ૧૮૯૮.

અંક ૧૦ મો.

કરુણા પરલોક ગમન.

૧૫૫

અથવા

જંડુ વિરહ.

(વૈધ વિ દુર્લભદાસ વિ. શ્યામજી ધ્રુવ રચિત.)

શાદ્દલ વિકીરિત.

- કૈલાસે સુણિ વાસ જંડુ ભટનો, સંતાપ પામું અતી;
વારંવાર વિચાર થાય ઉરમાં, મુઝાય મારી મતી;
જેની કીર્તિ અખંડ ભૂતલ વિષે, વેગે કરી ચિંતરી;
હા ! એવા નર રત્ન શું વહિ ગયા, સાક્ષાત ધન્વંતરી. ૧
- જેનું ચિત્ત હતું સદૈવ કુમળું, દાની ખરા જે હતા;
કાને સાંભળિ લેશ દુઃખ પરતું, જે દુઃખને ખામતા;
દેખાતી હતિ પૂણે જે પુત્રપત્ની, દષ્ટિ દયાથી ભરી;
હા ! એવા નર રત્ન શું વહિ ગયા, સાક્ષાત ધન્વંતરી.
- જેના સર્વ સ્થળે પ્રભાવ પડતો, જેને જનો પૂજતા;
જેના દર્શનથી પ્રફુલ્લ થઇને, સૌ લોક રાજી થતા
જેનું વર્તન શુદ્ધ દેવ સરખું, શંકા ન એમાં જરી;
હા ! એવા નર રત્ન શું વહિ ગયા, સાક્ષાત ધન્વંતરી. ૩
- જેણે ક્રોધ અનંગ લોભ મનને, જીત્યા હતા સર્વથા;
સાચા સિદ્ધ હતા અધીર નહતા, જેની ન ગાળી તથા;
જેણે ઔપધ અન્ન વસ્ત્ર અરપી, પૂરી પ્રતિજ્ઞા કરી;
હા ! એવા નર રત્ન શું વહિ ગયા, સાક્ષાત ધન્વંતરી. ૪
- પ્રજોરા તણિ જ્ઞાતિમાં પ્રથમ જે, પ્રખ્યાત સારા થયા;

ખાઆ વિશ્વ દિતેયિનું ખિરદ ને, તે અમમામી ગયા !
 નેણે ઉત્તમ ખાનખાન પટના, ધમ્મ ન ક્યારે કરી;
 હા ! એવા નર રત્ન શું વહિ ગયા, સાક્ષાત્ ધન્વંતરી. ૫
 નેણે જીવન આપવા નમતને. કેવા પ્રયોગો કર્યા !
 નેણે સ્વાર્થ સમસ્ત ત્યાગિ મનથી, દુઃસાધ્ય રોગો હર્યા;
 નેણે આમ અપાર દ્રવ્ય ખરચી, આરોગ્યતા પાથરી;
 હા ! એવા નર રત્ન શું વહિ ગયા, સાક્ષાત્ ધન્વંતરી. ૬

અપૂર્ણ.

રસાયુર્વેદ.

Ras Ayurved

(૫૯ ૧૪૨ નું અનુસંધાન)

આત્મરોગના નિદાનની આવશ્યકતા.

જેની વધધટ થવાથી રોગો ઉત્પન્ન થાય છે તેને દોષ કહે છે, ને તે દોષનાં શરીર અને મન એ બે સ્થાનક છે. શરીરના વાત, પિત્ત તથા કફ એ ત્રણ દોષ છે અને મનના રજ તથા તમ એ બે દોષ છે એમ વાગ્બટ લખે છે, અમારા માનવા પ્રમાણે મનના દોષમાં તો સત્વગુણ પણુ પૃષ્ઠી શકાય છે. કેમકે સત્વગુણમાં જ્યારે હીન, મિથ્યા કે અતિશય થાય ત્યારે તે પણુ રોગનું કારણ થઈ પડે છે. હવે જેમ શરીરના ત્રણ દોષની વિષમતાથી અનેક શારીરરોગ થાય છે અને તેની અનેક પ્રકારની ચિકિત્સા આયુર્વેદમાં લખી છે, તેમ મનના દોષની વિષમતાથી પણુ અનેક માનસિક રોગ થાય છે, જે રોગો શરીરના રોગની ઉત્પત્તિમાં બહુ ભાગે સહાયતા કરે છે. આ માનસિક રોગોની ચિકિત્સાના સંબંધમાં “ બુદ્ધિ, ધૈર્ય અને આત્માદિક પદાર્થોનું વિજ્ઞાન ” આમ લેખ લખી દુઃકામાંજ વાગ્બટે પતાવ્યું છે, જે લેખ ચરક, સુશ્રુતના લેખ ઉપરથીજ લખાયો છે. આથી સમજાય છે કે, પ્રાચીન વૈદ્યશાસ્ત્રકારોએ મનના દોષની નિરૂત્તિના ઉપચારો વિસ્તાર પૂર્વક દર્શાવ્યા હોય એમ જણાતું નથી, પરં-

તુ વિચારી જોતાં મનના રોગ તેમજ તેના ઉપાયો જાણવાની પ્રત્યેક બાલ
યા વૃદ્ધને અતિ આવશ્યકતા છે. કારણ કે, શરીરના રોગની ઉત્પત્તિ તથા
તે મટવાના ઉપચારો વિગેરે મુખ્યત્વે કરીને મનનેજ આધીન છે. માટે
આ ડૉક્ટરો રસાયુર્વેદમાં પ્રથમ અમે માનસિક રોગ અને તેની નિવૃત્તિના
ઉપચારો ઉદાહરણ સહિત દર્શવાનો પુણ્યરૂપ પ્રારંભ કર્યો છે.

આત્મનિદાન.

આત્મનિદાનના ૭ ભેદ:-

૧ મહાનિદાન. ૨ માંડલિકનિદાન. ૩ જાતિનિદાન. ૪ કાલનિદાન. ૫
દેશનિદાન. ૬ પ્રત્યેકનિદાન.

છએ નિદાનનાં સ્વરૂપ.

૧ મહાનિદાન- મહાનિદાન એટલે સકળ સૃષ્ટિના મનુષ્યાદિ પ્રાણીને
રોગાદિ ઉત્પન્ન થઇ નાશનું કારણ મળે એવો વ્યવહાર કલ્પાય તે.

૨ માંડલિક નિદાન-માંડલિકનિદાન એટલે એક મંડળી મળીને પોતા-
ના નિયમો રસેશ ધર્મના ધોરણથી ઉદ્ભટા બાંધે ને તેથી જે રોગ કે મૃ-
ત્યુની ઉત્પત્તિ થાય તે.

૩ જાતિનિદાન-જાતિનિદાન એટલે પુરૂષ જાતિ, સ્ત્રી જાતિ, પશુ
કિંવા પક્ષીની જાતિ, આહ્લણ જાતિ, ક્ષત્રિય જાતિ, વૈશ્ય જાતિ, અને શૂદ્ર
જાતિ ઇત્યાદિ જાતિમાં નિર્દિત આચરણથી જે રોગ કે મૃત્યુ થાય તે.

૪ કાલનિદાન એટલે બાલ્યાવસ્થા, તરૂણાવસ્થા અને વૃદ્ધાવસ્થામાં તે-
મજ છ ઋતુઓમાં જે કામ કરવાનાં હોય તે ન બની શકે અથવા જેમ
કરવાનાં હોય તેમ ન થતાં વિપરીત થાય અને તેથી જે રોગ કે મૃ-
ત્યુ થાય તે.

દેશનિદાન-દેશનિદાન એટલે જે દેશનાં હવા-પાણી આપણને અનુ-
કૂલ ન આવે અથવા તે સ્વભાવીક સાસંજ ન હોય તેમજ જે દેશના મ-
નુષ્યોની પ્રકૃતિ કે રીતભાત પ્રતિકૂલ થઇ પડે અથવા તે સ્વભાવિકજ સા-
રી ન હોય અને તેથી જે રોગ કે મૃત્યુ થાય તે.

૬ પ્રત્યેકનિદાન એટલે જે મનુષ્યને આહાર-વિહારના અનિયમિતપ-
ણથી રોગ કે મૃત્યુ થાય તે.

મહાનિદાન.

મૂલસૂત્ર.

॥ સમગ્રજનમનોવૃત્તિવૈષમ્યં મહામૃત્યુનિદાનમ્ ॥

ભાવાર્થ—સમગ્ર મનુષ્યની મનોવૃત્તિની વિષમતા તે મહાનાશનું નિદાન.

મનુષ્યના મનની વિષમતા દર્શાવનારાં વાક્યો.

- ૧ રસેશગાયન થકી લગ્નય જે શુભુદીન ગાણું ગરજી ગાય !
- ૨ ઇશ્વરથી અવળો ને નાસ્તિકને નમે !
- ૩ રસેશનિયમમાં લક્ષ ન દે ને કલિપત કાયદા કોટો ખાંધે !
- ૪ ધર્મની વાતમાં ધ્યાન ન દે ને પાપની વાત સાવધાન થઈ સાંભળે !
- ૫ આયુષ્યને ઇશ્વરથી ગણે ને સડેલું અન્ન સાચવીને ખાય !
- ૬ કલિપત કીર્તિ મેળવવા કોટિ ધન ખરચે ને ખરી કીર્તિ મેળવવામાં એક ખરેકે ન વહેંચે !
- ૭ નામ ન્યાયનું પણ આદર અન્યાયમાં !
- ૮ નામની નીતિ પણ આચરણમાં અનીતિ !
- ૯ વાક્યો વિદ્યાનો ને આંગણું અવિદ્યાનું !
- ૧૦ મિષ મદદનું પણ લક્ષ લઇ લેવાનું !
- ૧૧ હિંસા પાસે દધિયાર ને દયાળુ પાસે ડડિંકા પણ ન મળે !
- ૧૨ ભલકો ભણાવતો ને ખતલજ મૂર્ખ રાખવાની !
- ૧૩ સુખ સસ્તાનું ત્યાં દુઃખ દેલવટાળનું !
- ૧૪ પ્રેમાદાર પ્રતિષ્ઠિત ને વિદ્યાવંત વેવલો !
- ૧૫ ખોટા ગુણ લખેલ ઓસડ ઝટ ખપે ને સાચા ગુણ લખેલ ઓસડની સામુંએ ન જુએ !
- ૧૬ સ્વરક્ષણ સમજાવવામાં ને લક્ષ લગાઇમાં !
- ૧૭ દેખાડવાની દયા ને વિચાર વટલાવવાનો !
- ૧૮ અજાણેલ વિષયની અર્થ ને પ્રવૃત્તિ પેદાશમાટે !
- ૧૯ નમ્રતામાં નટખટપણું ને વ્યજોક્તિ વાતોમાં !
- ૨૦ મદદ મહોડે કહેવામાત્રની ને દયો દેવાનું દિલમાં !
- ૨૧ સંભાષણની સમજવામાત્ર ને ક્રિયા કતલ કરવાની !
- ૨૨ મિત્રતા મહોડે ખતાવવાની ને દુસ્મનાઇ દિલમાં !
- ૨૩ ઉપરનો આડંબર આપવાનો ને લક્ષ લુંટી લેવામાં !

- ૨૪ સજાહ સુધ રવાની પણ ઉપાય ઉમેડી નાંખવાનો !
- ૨૫ મંડાણ માન માટે પણ ઉદ્યોગ અપમાનનો !
- ૨૬ આવકાર આવો આવોનો પણ જણાય જાઓ જાઓ જોતું !
- ૨૭ બોલે બેસો બેસો પણ આભાસ ઉઠે ઉડોનો !
- ૨૮ બતાવવામાં વેપારની વૃદ્ધિ પણ તંત્ર નોડી ખાડવાનો !
- ૨૯ દેખાડતું દાસત્વ પણ આરંભ ઉપરી બનવાનો !
- ૩૦ ખરા વિદ્વાનનો ખપ નહિં ને ડોળધાલુને દરજ્જા દેવાય !
- ૩૧ કહેવામાં કુટુંબ પણ દિલ દુસ્મનનાં !
- ૩૨ શબ્દોચ્ચારમાં સમાં પણ સંબંધ શત્રુના સરખો !
- ૩૩ ચોવીસં તાવ ચીતરે ત્યારે સાત લિંટી જેટલો સાર સુજે !
- ૩૪ બસો શબ્દ બોલે તેમાં બે શબ્દ બોધના હોય !
- ૩૫ પુસ્તકનું નામ પાડતાં પણ ન આવડે ને ગણાય ગ્રંથકર્તામાં !
- ૩૬ પૈસો પાસે હોય તો ગુણહીન પણ પોતાના ગુણ છપાનિયામાં છપાવી છત્રપતિને છોતરે !
- ૩૭ કહેવાય કવિ પણ પિંગલનો તો પવને ન વાયો હોય !
- ૩૮ ધમંડ ગુડનો ને ગુણ ગુલામનો !
- ૩૯ ગુણ ગોતવામાં ગમાર ને દોષ ગોતવામાં ગણ્યા !
- ૪૦ ગુણી મનાય ગંધી ને દેખિત મનાય ગણ્યા !
- ૪૧ કલ્પિત ઉભા કર્યા હોય તોપણ સાક્ષિ કહે તે સાચું !
- ૪૨ અભ્યાસે અધિક ને અક્કલે ઓછો !
- ૪૩ ચોપાનિયું ચતુરાઇ ચર્યાવવા પ્રકટ કરે પણ વિષય સાર વક્ષમાં મારે !
- ૪૪ પોતાનું ઉંટવૈદું છુપાવવા બીજા ઉપર ઉંટવૈદના આરોપ મુકે !
- ૪૫ પોતાની મૂર્ખતા છુપાવવા મહાત્માને મૂર્ખ મનાવવા !
- ૪૬ સંબંધવિનાનું સૌર્ય કરે તે શાણો ને માલજાણું મિત બાપણુ કરનાર મહાત્મા ને મૂર્ખ !
- ૪૭ ચોખ્ખો ચોર છતાં સાખીત ન થાય ત્યાંસુધી શાહુકાર !
- ૪૮ શાહુકાર છતાં પ્રતિપક્ષિના ઠાંઇ રકમ પરડીને પેદા કરેલા શાક્ષિઓથી જરૂર જલમાં ખાય !
- ૪૯ વિશંભર જે માલ મફત આપે તે માણસ પોતાની મેહેનતના હક્કથી પણ મોઢો વહેંચે !
- ૫૦ સાચા બોલાથી સુધરે એમ સમજે તોપણ ખપમાં લે ખોટા બોલાને !

- ૫૧ ધનસાધનો આધાર આચરણ ઉપર નહિ પણ શાક્ષિના શબ્દો ઉપર !
 ૫૨ સરમ વગરની સ્ત્રીને મુધરેલ ગણે ને કુલિન નારીને કુલટા ગણે !
 ૫૩ ઉપરની ઉજ્જવલતા ને મનમાં મલીનતા !
 ૫૪ સામ્યએ સો વાર ન્હાય પણ પવિત્ર પાણીને પડખેય ન જાય !
 ૫૫ દાનત દેખાડે દેવાનો પણ લોભ લેવાનો !
 ૫૬ દયા દેખાડવાની પણ હર્ષ હિંસામાં !
 ૫૭ ઉપરનો આનંદ ને બીતરમાં બડકો !
 ૫૮ દેખાવ દોલતમંદનો પણ ખિસ્સો ખાલી !
 ૫૯ સભામાં જાય ત્યાં સોગણું માન ! ને બાઈડીપાસે બદામનો !
 ૬૦ વતનમાં કે.છ વૈદ ન માને તોપણ છપાવીને છતો થાય !
 ૬૧ ધર્મિ વૈદસાથે ધંધ મચાવે ને પાપી વૈદને પાસે રાખે !
 ૬૨ સાવ સાચું હોય તોપણ મદતનું ઓસડ માલવિનાનું, ને પ્રપંચી વૈદનું પાખાંડિ પાણી પાંચ રૂપિયા આપીને પણ લે !
 ૬૩ ઉત્તમ જાતિનું અભિમાન રાખે પણ મદત મળતી અપવિત્ર દવાને આરોગે !
 ૬૪ વાતો કરે લાખ પણ લાગણીવિનાની !
 ૬૫ સ્વાર્થસુધી સ્નેહ ને સર્યા પછી શત્રુ !
 ૬૬ દયા દંભની ને દીનતા દગાની !
 ૬૭ વિદ્યામાં જોઈએ વિવેક પણ વરતાય વિવાદમાં !
 ૬૮ ગાદિયે જોઈએ ગુણ ત્યાં ઉત્પત્તિ અવગુણની !
 ૬૯ સગામાં જોઈએ સ્નેહ પણ રાખે શત્રુતા !
 ૭૦ ધર્મમાં જોઈએ ધૈર્યતા અને ધ્યાન, તેને બદલે ધંધ !
 ૭૧ પુરૂષમાં પરાક્રમને બદલે પરાધીનતા !
 ૭૨ ગોળી અરકુસો કે આંબલીની ને છપાવે નાંમ 'છપ્પન રોગ હરી' !
 ૭૩ ગોળીમાં ગુણ વધારવાનું જ્ઞાન નહિ પણ લોકને લોભાવવા માટે લાખો ગુણ લખે !
 ૭૪ અમૃત ઔષધનો અનાદર ને વિષોષધિ બહાલી !
 ૭૫ વિચારવંત વૈદ બહેમી મનાય ! ને ગંખી તે ગુણવંત ગણાય !
 ૭૬ ખોટું ખોલે ને ખુશામત કરે તે ખપનો માણસ ને સાચુ ખોલે ને સ-
 બ્યતાથી ચાલે તે માલ વિનાનો મનાય !
 ૭૭ કહેવાય કૃત્રીન પણ આચરણ અકૃત્રીનનાં !

૭૮ પાછના પ્રપંચથી રાજી ને સાલસના સદાચારથી ઉદાસિન !

૭૯ માઆપ મુર્ખ ને પોતે પંડિત !

૮૦ વરની વરણાગીમાં વીસ હજાર વાવરે પણ જીવિત જાળવવામાં જૈંઘ ન ખરચે !

૮૧ પોતાનું બોલવું બહાલ રાખે ને બીજો બોલે તે બકવા માને !

૮૨ ક્રિપ્તિ અન્ય દેશની ને આહાર અન્ય દેશનો !

૮૩ દરદી દાહક દેશનો ને સારવાર શીત દેશની !

૮૪ બંટી ને બાસુદી ખાંનારનો ઉપાય એક !

૮૫ ચાલચલણુ જોઈમાં ગિત નહિ પણ અમુક આવડ્યું એટલે અધિકાર મળે !

૮૬ સ્વપતિને સુખ ન આવવા દે પછી પરાયાના હાથમાં જાય ત્યારે પસ્તાય !

૮૭ સ્વદેશાભિમાનમાં શરમાય ! અને પરદેશાભિમાનમાં પ્રતિષ્ઠા ગણે !

૮૮ ખપતી હોય તે પણ ન ખાય તેવી વસ્તુ અણખપતા આરોગે !

૮૯ ચોવટે ચોખ્ખા ને ખાનગીમાં ખરાબ !

૯૦ ગમે તેમ કરી ઉપરીને આનંદ આપવો એજ ચાકરીનું ચાતુર્ય !

૯૧ આપે તે ઉત્તમ ને ન આપે તે નરતો !

૯૨ ભણેલના ભાગ્ય કરતાં વગ મેળવનારનું વિશેષ ભાગ્ય !

૯૩ જ્યાં ઉપરી શાણો ત્યાં સહાય કારક સુસ્ત !

૯૪ જ્યાં સહાયકારક સારા ત્યાં થણી ઢંગવગરનો !

૯૫ દરજ્જો દૈવી ને ભોગવનાર ભાડખાઉ !

૯૬ દરજ્જો દયાળુનો પણ હિંસકના હાથમાં !

૯૭ દરજ્જો દેશહિતનો પણ પરદેશીના પંજમાં !

૯૮ દરજ્જો દાતારનો પણ કંજુસપાસે કુચી !

૯૯ ઉપરની ઉદારતા પણ વિચાર વટાવ લેવાનો !

૧૦૦ વિવેક વાતોમાં પણ અવિવેક અંતરમાં !

૧૦૧ રસેશ નામપર રીસ ને ખેત્રાડીનાં નામ ખાંતેથી લે !

૧૦૨ દયા દર્શાવવાની ને કૂરતા કલેજની !

૧૦૩ વખાણુ વાક્યવિકાસમાં ને નિંદા નાભિથી !

૧૦૪ ઉદારતા ઉપરથી ને કંજુસાઇ કેળવણીમાં !

૧૦૫ ઉત્તેજન આડંબરથી ને ભાગી પાડવું ભાવથી !

૧૦૬ દાન દેવું તે દેખાદેખીથી ને પાપમાં દે પૈસા પ્રાપ્તિથી !

૧૦૭ કેળવણી કમ્પાઉન્ડરની પણ નહિ ! ને દમામ જુઓ તો ડાહ્યર

સાહેબનો !

- ૧૦૮ સારો માણસ શરમમાં રહે ! ને ફટકો તે ફાંવી જાય !
 ૧૦૯ ન જોઈએ ત્યાં જાતિભેદ ને જ્યાં જોઈએ ત્યાં નહિ !
 ૧૧૦ વિશ્વંભરે જેમાં વર્ગ કર્યા નહિ તેમાં વટાવવાસ્તે વર્ગ કરવા !
 ૧૧૧ સ્વઅંગના ઇશ્વરી નિયમને ઝોળાએ નહિ પણ દૈવિ ચમત્કાર દર્શાવવાનો દંભ રાખે !
 ૧૧૨ કામ કૃપાનું ત્યાં ફંદ રચે ફેજનો !
 ૧૧૩ પગાવવો ધર્મ પણ આરંભ અધર્મનો !
 ૧૧૪ સ્ત્રીની શાભા શરમ પણ તેની શરમને સાચવવ ન દે તે સુધરેલ !
 ૧૧૫ સ્ત્રીને પ્રભુએ કરી પરતંત્ર તેને સ્વતંત્ર કરવા શોર મચાવવો !
 ૧૧૬ ખાટાને ખેરિયત ને સાચાંનું સપડાવવા !
 ૧૧૭ નિંદક પુસ્તક નક્કી ખપે ને પ્રશંસિત પુસ્તકનો પૈસો પણ ન મળે !
 ૧૧૮ નિંદક તે નર ને ન નિંદે તે નાદાર !
 ૧૧૯ વિષયની વાતો વલાલપથી વાંચે ને જીવનના જાડને જાંખીનેય ન જીએ !
 ૧૨૦ ડહાપણુ મેળવવા દેશાટન કરે ને સ્વદેશહિત નહિ શ્રવણે ધરે !
 ૧૨૧ પવિત્ર પુસ્તકનાં પાનાં પ્રમાણુ પણ સાચા અર્થનો શોધપણુ ન કરે !
 ૧૨૨ પોતાના દોષથી પોતે ન ડરે પણ ખીજને ડરાવે !
 ૧૨૩ સારવાળી વસ્તુ અસાર લાગે ને અસાર વાળી સાર લાગે !
 ૧૨૪ સુધારાનાં સાધન હોય તે જગાડવાનાં ગારણું થઈ પડે !
 ૧૨૫ જીવનના માર્ગને જાણે નહિ ને મૃત્યુના માર્ગને માન દે !

નિદાનના પ્રકાર જે છે. સન્નિકૃષ્ટ અને વિપ્રકૃષ્ટ સન્નિકૃષ્ટ એટલે ત્વરિત ફળ મળે અને વિપ્રકૃષ્ટ એટલે કાળે કરીને ફળ થાય તે. આ વાક્યો અતઃકરણની વિષમતા દેખાડનારાં છે. આ વિષમતા સમગ્ર મનુષ્યના મનમાં આવે તે મહાનિદાન, મંડલિના મનુષ્યમાં આવે તે માંડલિક નિદાન, જાતિમાં પ્રસરે તે જાતિનિદાન, કાલના યોગે થાય તે કાલ નિદાન, દેશના યોગે થાય તે દેશ નિદાન અને પ્રત્યેકમાં થાય તે પ્રત્યેક-નિદાન સમજવું.

ચોપાઈ.

લખ્યા વાક્યમાં રાખો ધ્યાન, સંક્ષેપે પદ કહ્યાં નિદાન;
 દશે હૃદયમાં જેને જ્ઞાન, તેજ માનશે સુધા સમાન.
 સાચું લખતાં કોટી કલેશ, સત્ય બોલતાં વિઘ્ન વિશેષ;
 અદ્વાકાર કિતન ઉપદેશ, પ્રેરક એ રસરૂપ રસેશ.

સહેલા ઉપાયોનો સંગ્રહ

A Collection of Easy Remedies.

(ગયા અકેન્સ ૫૯ ૧૪૪ નું અનુસંધાન.)

આધાશીશી—(૧) સમુદ્ર ફળ બકરીના મૂત્રમાં ધસીને તે મૂત્રનું ટીપું નાકમાં પાડવું, (૨) વિહાયતી સામુનું આંખમાં અંજન કરવું, અથવા કાળાં મરીની બારીક ભુજી સુધવી. (૩) ચણાહીનું મૂળ પાણીમાં ધસીને ૭ દિવસ નાકમાં ટીપું નાંખવાથી ઘણા દિવસની આધાશીશી મટે. (૪) દુધ તથા ધી મેળવી તેનો નાસ લેવો. (૫) સવારમાં ઉઠીને જલેથી ખાવી. (૬) જળભાંગરાનો રસ તથા બકરીનું દુધ મેળવી તડકે મરમ કરી તેનો નાસ લેવો. (૭) જુલાળ લેવો. (૮) સાકર તથા કેસર ધીમાં શેકી તેનો નાસ લેવો. (૯) ગળોનો રસ. (૧૦) ધ્રાખ તથા ધાણા ખાવાં. (૧૧) તાબુ ધી સુધવું. (૧૨) ઘીની સાથે એક એન મોદર્યા નાંખી તેનું ટીપું સુધવું. (૧૩) જળો લગાડવી.

આમવાત—સાંધાઓમાં રસ ચડવાથી શરીરના સાંધાઓ સુથ આવે તે. (૧) સુંઠ તથા ગળો બન્ને રૂપીઆ બાર લાઇ તેનો ઉકાળો કરી એરંડીકું તેલ નાંખી પીવો. (૨) સુંઠનો ઉકાળો કરી ઉકાળાજેટલુંજ એરંડીકું મેળવીને પીવું. (૩) લસણનો રસ તથા મામનું ધી એક એક તોલો મેળવી પીવું. (૪) પીપર, પીપરી જૂળના ગંઠોડ, ચવક, ચિત્રક તથા સુંઠ એ પાંચ વસ્તુનો ઉકાળો કરીને પીવો.

આમણ (૧) બાંગની થેપલી આમણ પર મુકવી. (૨) હીરાકસી ૧ રતીથી ૨ રતી સુધી વજને ત્રણ તોલા પાણીમાં નાંખી તેની પીચકારી માસ્તી અગર તે પાણી છાંટવું. (૩) એરંડીકું તેલ, સોનામખી અથવા હીમજ, ગમે તે એક જુલાળ આપવો.

આંચકી—(૧) દસ્ત સાફ આવે એવી દવા આપવી. (૨) પેટ, પગ તથા બોલી ઉપર સહનું પ્લાસ્ટર મારવું. (૩) ઉંઘ આવે એવા ઉપાયો કરવા, જેમાં પોટાશ બ્રોમાઇડ, અરીણ, કલોરલ હાઇડ્રેટ વગેરે વપરાય છે.

આંચકી—(ખાળકની) (૧) ગોવર્ધન ચણોહી ભાર માના ધાવણમાં કલાક કલાકને અંતરે ત્રણ વાર પાવું. (૨) બાંડી ગરમ કરીને શરીરપર ચોળવો. (૩) ડુંગળીનો કાંદો કાપી નાક આગળ ધરી તે સુંધાડવો. (૪) ક્યાલોમેલ ૩ થી ૪ એન, સેન્ટોનીન ૨ એન, સાકર ૧૦ એન, એ ત્રણે વસ્તુ મધ તથા પાણીમાં મેળવી પાવી તેથી જીલ્લાખ થઇ આંચકી નરમ પડશે. (૫) ખાળકને ગળા સુધી ગરમ પાણીમાં બેસાડવું અને માથે ટાટું પાણી સીંચવું.

આંખ ઉઠવી—(૧) અરીણ, કુલાવેલ ફટકડી અને લોદર—એ ત્રણ સમાન વજન લઈ તેમાં લીંબુનો રસ મેળવવો પછી લોદરની કડછીમાં જરા ગરમ કરી આંખોપર લેપ કરવો. (૨) જેઠીમધ, ગેર, સીંધાલુણ, દાદહળદર અને રસાંજન (રસવંતી) એ સર્વને પાણીમાં વાટી આંખો ઉપર બહાર લેપ કરવો. (૩) હરડેની છાલ, સીંધાલુણ, સોનાગેર તથા રસવંતી સર્વને પાણીમાં વાટી આંખો ઉપર લેપ કરવો. [૪] લોદર, રસવંતી અને જેઠીમધ એ ત્રણને ખારીક વાટી કુંવારના પાકાના ગરમાં અથવા પાણીમાં મેળવી પોટલી કરી આંખોપર મુક્યા કરવી. (૫) મોરચુથુ ૧ રતી પાણી ૩ રાા ભાર; ઝીંકસલકાસ ૨ રતી પાણી ૩ રાા ભાર; તે બેમાંની કાષ્ઠપણુ દવાનાં ટીપાં દિવસમાં બે ત્રણ વખત નાખવા.

આંખનો રોગ—(આંખના સર્વ રોગનો સામાન્ય ઉપાય) (૧) ત્રિકુળા એટલે હરડે, બેડાં તથા આંખળાં, તજ, જેઠીમધ એ સર્વનું ચૂર્ણ સંધ્યાકાળે ધી તથા મધમાં ખાવું. (૨) ત્રિકુળા, જેઠીમધ, લોહભરમ એ સર્વ વસ્તુઓ સમાન ભાગે લઈ ધી તથા મધમાં સાયંકાળે ચાટવી. (૩) લોદાના ઠામમાં ત્રિકુળાનો કાઢો ધી નાંખી રાખી મુકવો અને સાંજે જમ્યા પછી પીવો. (૪) ત્રિકુળા ચૂર્ણ ધી સાકરમાં ચાટવું.

આંજણી—(૧) ગરમ પાણીનો શેક (૨) પોટીસ બાંધવી.

ઠંદિ જીલ્લાખ—(૧) સાકર સોનામખી (મીંઢીઆવળના પાન) એ બન્ને એક એક તોલો લઈ પાણીમાં રાત્રીએ પલાળી રાખવાં અને સવારમાં પાન ચોળી કપડછણ કરી તે પાણી પીવું.

ઉનવા—(૧) વરીયાળી તથા ખડી સાકર એક એક તોલો એકત્ર મેળવી ખાવી. (૨) ગોખરનો જીલ્લાખ અથવા ચુરણુ સાકરમાં.

ઉંદરનો કરડ—(૧) અરીણ પાણીમાં ધસીને લગાવવું (૨) ખીલાડીનું હાડકું ધસીને તે લગાડવું. (૩) ઉંદરની લીંડી વાટીને ચોખડવી.

ઉંદરનું ઝેર—(૧) ખોઈ ટોપઈ મુળાના રસમાં ધંસીને લગાવવું. (૨) લોખાનનું તેલ લગાવવું. (૩) સોનામખીનું નિત્ય સેવન કરવું.

ઉંદરવા—(૧) અંકોલના લાકડાનો ઘસારો પાણીમાં પીવો.

ઉલટી—(૧) મળાનો રસ અથવા ઉકાળો મધ તથા સાકર મેળવીને પીવો. (૨) આંબળાનો રસ મધ સાથે પીવો અથવા આંબળાનું ચૂર્ણ મધમાં ચાટવું. (૩) ગુલાબ અથવા લીંબુનું શરબત પીવું અથવા લીંબુના રસમાં સાકર નાખી પીવો. [૪] બાળકની ઉલટીમાં સાકર તથા જયફળ જરા જરા મેળવી ધાવણમાં કે પાણીમાં પાવાં. (૫) બાળકની ઉલટી તથા ઝાડામાં પીંપર, કાકડાશીંગી, મજ્જા, અને નાગરમોચ એ ચાર વસ્તુનું બારીક ચૂર્ણ કરી ઉમર પ્રમાણે મધમાં રોજ ત્રણ વાર આપવું—ચટાડવું અથવા તેમાં ધાવણ કે પાણી મેળવી પાવું, પિત્તના તાવની ઉલટીમાં—(૬) ખડસલીયો પીતપાપડો પક્ષાળીને તેનું પાણી પાવું, જવની પોટલી પાણીમાં રાખીને તેનું નીતઈ પાણી પાવું; દ્રાખ, સુખડ, વાળો, મોચ, જેડીમધ, ધાણા એ બધી વસ્તુઓ ભેગી અથવા એકાદ એ વસ્તુ પાણીમાં પક્ષાળી રાખી તેનું પાણી પાવું. (૭) લીંબડાની અંતરછાલનું પાણી.

ઉન્માદ—(ગાંડપણ) (૧) અશીણ ૧ રતી ઘેલછાના જુસ્સાને દબાવે ને દરદીને નિદ્રામાં નાંખે છે. (૨) શોષેલો મોરથુથુ ૦૧ રતીભાર દરટંક આપવો. (૩) વાલ વાલ કપુર ચાર વખત આપવું. (૪) ઉંધ લાવનારી દવાઓ આપી દરદીને ઉંધમાં નાંખવો. (૫) ચાર તોલા ભાર ખાલીનો રસ ત્રણ વાલ કઠનું ચૂર્ણ અને અરધો તોલો મધ મેળવી પીવો. (૬) અરધા રા. ભાર કોળાનાં બી, ૪ વાલ કઠનું ચૂર્ણ મધમાં મેળવી ચાટવું.

ઉરઃક્ષત—(છાતીનો જખમ) (૧) અશીણ લોહીનો અટકાવ કરે છે.

ઉંદરી—(૧) ટંકણખારના પાણીથી માથું ધોવું. (૨) લીંબુના રસમાં અશીણ મેળવી ઉંદરી ઉપર લગાવવું.

—(૦)—

શરીરના વાતુઓ.

Primary Secretions of the Body.

સાત ધાતુઓ

The Seven Secretions

જે પદાર્થ વડે શરીરનું ધારણ થાય છે તેને ધાતુ કહેવામાં આવે છે. પ્રાચીન વૈદિક મત પ્રમાણે શરીરનું ધારણ અને પોષણ કરનારા શરીરમાં સાત ધાતુઓ છે, એ સાત ધાતુઓ નીચે પ્રમાણે છે:—

- | | |
|-----------------------------------|---------------------------------------|
| ૧. રસ—શરીરમાં તૃપ્તિ-તસવટ કરે છે. | ૪ મેદ—સ્નેહન એટલે ઓઈલ લાવે છે. |
| ૨. રક્ત—શરીરમાં જીવન આપે છે. | ૫. અમ્લિષ્ઠ—સરસીને ધારે—ટટાર રાખે છે. |
| ૩ માંસ—ભેપન કરી અવયવોને જોડે છે. | ૬. મજ્જા—હાંડકની નળીઓ ભરે છે. |

૭. વીર્ય—શરીરનું સત્ત્વ છે, જેવડે પ્રજા ઉત્પન્ન થાય છે.

જે કામથી મનોશય માંહેના ગર્ભનું બંધારણ અને પોષણ થાય છે, એજ કામથી શરીરના અંદરના ઉપસા સાતે ધાતુઓનું ઉત્પાદન થતું હોય એમ સમજાય છે, અને તેથી પ્રાચીન અભિપ્રાયને અનુસરી એ સાત ધાતુઓ સંબંધી પણ કાંઈક સમજણ મેળવવી જરૂરની છે.

રસ—ખોરાકના પ્રથમ પાકને “રસ” કહેવામાં આવે છે. સારી રીતે પકવ થયેલ આહારનો જે સાર (સત્ત્વ) તે રસ છે. તે રસ જળદ્રવ, પ્રવાહી, ઘોળો, કંડો, મધુર, સ્નિગ્ધ અને ગતિવાળો છે. આવો રસ આખા શરીરમાં છે, તોપણ હૃદય એ તેનું મુખ્ય સ્થાન છે. આ રસ ધોરીનસ માર્ગે થઈને સર્વ ધાતુઓમાં જઈ તેમનું પોષણ કરે છે. મંદ અમ્લિ વડે આહારનો આ રસ વિદગ્ધ એટલે દાઝેલો અથવા બગડેલો થઈ જાય છે. વિદગ્ધ થવાથી તે તીખો કે ખાટો થાય છે આવો બગડેલો રસ ઘણા રોગ ઉત્પન્ન કરે છે, તથા ઝેરનું કામ કરે છે. સાધારણ બોલીમાં તેને “રસવિકાર” કહેવામાં આવે છે.

રક્ત—આમાશય એટલે હોજરીમાંથી જ્યારે આહારનો રસ યકૃત એટલે કલેજમાં જાય છે ત્યારે ત્યાં પિત્તના સંયોગવડે રંભ ખમીને તથા પરિપકવ થઈને તેનો રક્ત નામે ધાતુ બને છે. રક્ત પણ આખા શરીરમાં રહેલું છે. રક્ત એ જીવનો સર્વોત્તમ આધાર છે. આ રક્ત સ્નિગ્ધ, ભારે, મધુર, તથા ગતિવાળું છે. રક્ત બગડવાથી પિત્ત જેવું ખાટું થઈને વિકાર ઉત્પન્ન કરે છે. આ વિકારને ભોહી-વિકાર કહેવામાં આવે છે. યકૃત એટલે કલેજનું અને પ્લીહા એટલે બરોલ એ રક્તનાં મુખ્ય સ્થાન છે.

માંસ—રક્તમાં રહેલા અમ્લિવડે પકવ થયેલું અને વાયુવડે ઘન એટલે ઘાટું થયેલું ઊધિર, એનુંજ નામ માંસ છે. ભોહીના સ્થાનમાં ગયેલો

રસ તેજ લોહી, તેમ માંસના સ્થાનમાં ગમેલું લોહી એજ માંસ, એમ સમજવાનું છે; અને એજક્રમે માંસમાંથી મેદ, મેદમાંથી અસ્થિ, અસ્થિ-માંથી મજ્જા અને મજ્જામાંથી વાર્ય થાય છે. ગરમી યુક્ત વાહુ પોલી શિશ્નઓના જેમ વિભાગ એટલે શાખાઓ કરે છે, તેમ વાયુ માંસમાં પ્રવેશ કરીને માંસની પેશીઓ જનાવે છે. શરીરમાં આવી માંસની પેશીઓની સંખ્યા ૫૦૦ છે. શિશ્નઓ, સ્નાયુઓ, હાડકાં, અવયવો, અને સંધિઓ એ સર્વ માંસમય પેશીઓથી વીંટાયેલાં છે અને તેથીજ એ સર્વ બળવાન અને ગતિવાળાં રહી શકે છે, એ વાત આગળ પણ જણાવવામાં આવેલી છે. માંસની પેશીઓ પણ આખા શરીરમાં છે.

મેદ—માંસ પોતાની અંદરના અભિવડે પકવ થઈને વધારે ધાતુ બને છે તેને “મેદ” કહે છે. આ મેદ ભારે, સ્નિગ્ધ, બળ આપનાર અને શરીરને સ્થૂળ કરનાર છે. મેદ વિશેષ કરીને પેટમાં રહે છે.

અસ્થિ—મેદ પોતાની અંદરના અભિવડે પકવ થાય અને વાયુ તેનું શોષણ કરે ત્યારે તેનું જે રૂપાન્તર થાય તે “અસ્થિ” એટલે હાડકાં કહેવાય છે. જેમ વૃક્ષ તેની અંદરના “ગર” (સત્વ) વડે ઉભું રહે છે, તેમ શરીર પણ અસ્થિરૂપ સત્ત્વવડે ઉભું રહે છે. ત્વચા તથા માંસ ગયા પછી પણ ધણો વખત સુધી હાડકાં નાશ પામતાં નથી, કેમકે તે સત્ત્વરૂપ છે. શરીરમાં હાડકાંની સંખ્યા ૩૦૦ છે.

મજ્જા—અસ્થિમાં રહેલા અભિવડે પકવ થવાથી જે ધર સાર (સત્ત્વ) થાયછે તથા પરસેવાની પેડે અસ્થિમાંથી છુટી પડે છે તેનું નામ “મજ્જા” છે. આ મજ્જા મોટાં હાડકાંઓમાં વિશેષે કરીને અંદરની બાજુમાં રહે છે.

વીર્ય—ઉપજા છેએ ધાતુનો છેલ્લો સાર જુત ધાતુ “વીર્ય” છે.

ધાતુઓનો રૂપાન્તરક્રમ-પરિણામ.

Successive Stages of the Seven Secretions

શરીરમાં સાતે ધાતુઓની નિરંતર ક્રિયા ચાલ્યા કરે છે. જે ખોરાક ખાવા પીવામાં આવે છે, તે પાચીન ક્રિયાના વિષયમાં બતાવવામાં આવેલી

તે પ્રમાણે, હોજરી અને આંતરડાંમાં પરિપક્વ થઈ તેમાંથી મળમળ જુદાં પડે છે, અને તેમાંથી સારરૂપ જે રસ ઉત્પન્ન થાય છે તે રસના સ્થાન હૃદયમાં જઈ હૃદય માંહેના મૂળ રસમાં મળે છે અને ત્યાંથી શરીરમાં પ્રસાર પામી સર્વ ધાતુઓનું પોષણ કરે છે.

હૃદયમાં ગયા પછી આ રસના ત્રણ વિભાગ થાય છે. ૧ સ્થૂળ, ૨ સૂક્ષ્મ, અને ૩ મળ. સ્થૂળ રસ પોતાની જગાએ રહે છે, સૂક્ષ્મ રસ ધાતુમાં જાય છે અને મળ રસ ધાતુઓના મળમાં જઈ મળે છે. જેમ અગ્નિથી શેરડીનો રસ પાકે છે અને મેલ તરતો જાય છે, તેવીજ રીતે શરીરની અંદરના મૂળ રસમાં રહેલ અગ્નિવડે આહારના આ આવેલા રસનું પાચન થાય છે. પચતી વખત તે રસ પાંચ દિવસ અને દોઢ ઘડી સુધી પૂર્વના મૂળ રસ ધાતુમાં રહે છે. આહારનો રસ આ પ્રમાણે આટલી મુદત રસ ધાતુમાં રહ્યા પછી તે રક્તમાં જાય છે, જ્યાં તે એટલીજ મુદત રહી માંસમાં જાય છે. ત્યાં પણ એટલીજ મુદત રહી મેદમાં જાય છે. જેમ અનુક્રમે આહારનો રસ વીર્યમાં જાય છે, જ્યાં પહોંચતાં લગભગ એક માસ લાગે છે.

આહારના રસનો ઉપર પ્રમાણે દરેક ધાતુમાં પાક થતાં થતાં તેમાંથી મેલ નીકળતો આવે છે. જુદા જુદા ધાતુમાંથી જુદો જુદો મેલ નીકળે છે:—

પાચન થતા આહાર રસનો—

રસ ધાતુમાંથી મેલ નીકળે તે... ... કફ

રક્ત ધાતુમાંથી મેલ નીકળે તે... ... પિત્ત.

માંસ ધાતુમાંથી મેલ નીકળે તે... ... કાનનો મેલ.

મેદ ધાતુમાંથી મેલ નીકળે તે... ... પરસેવો.

અસ્થિ ધાતુમાંથી મેલ નીકળે તે... ... નખ

મળ ધાતુમાંથી મેલ નીકળે તે... ... નેત્રમળ.

રસ ધાતુમાંથી નીકળેલો મેલ જે કફ તે પ્રાણવાયુથી પ્રેરાઈને ધમની માર્ગે શરીરના મૂળ કફમાં મળી કફનું પોષણ કરે છે. જે આહારના રસનો બરાબર પરિપાક ન થાય તો રસનો મેલ કફ વધે છે અને સજેષ્ઠ વગેરે કફના વ્યાધિ થાય છે. આહારના રસમાંથી મેલ જુદો પડ્યા પછી સારજુલ આહાર રસના બે ભાગ થાય છે. સ્થૂળ અને સૂક્ષ્મ. સૂક્ષ્મ રસ શરીરના

મૂળ રસ-ધાતુનું પોષણ કરે છે એટલે આખા શરીરમાં વ્યાપેલા “અન” નામના વાયુ વડે ગતિ પામીને ધમનીઓ મારફતે તે રસ શરીરની ગરમીને ઓછી કરી શરીરનું પોષણ કરે છે.

અને સ્થૂળ રસ પ્રાણવાયુથી પ્રેરાઈને ધમની માર્ગે શરીરના મૂળ રક્ત સ્થાનમાં જઈ યકૃત-પ્લીહરૂપ બની તેની સાથે મળે છે. ત્યાં રહેલા અગ્નિ વડે ફરી પાંચ દિવસ પાચન થતાં એ આહાર રસમાંથી પિત્ત નીકળે છે. તે પિત્ત સમાન વાયુથી પ્રેરાઈને ધમની માર્ગે શરીરના મૂળ ગાયક પિત્તમાં જઈ તેનું પોષણ કરે છે.

પિત્તરૂપ મેદા જુદો પડ્યા પછી વળી એ સારલુત આહાર-રસના સૂક્ષ્મ અને સ્થૂળ એવા બે ભાગ થાય છે. સૂક્ષ્મ ભાગ રંજક અગ્નિરૂપ પિત્તથી રક્તરૂપ થાય છે અને શરીરના મૂળ રક્ત-ધાતુનું પોષણ કરે છે એટલે ધમની માર્ગે આખા શરીરના રૂધિરનું પોષણ કરે છે.

અને સ્થૂળ ભાગ વ્યાન વાયુથી પ્રેરાઈ ધમનીઓ માર્ગે શરીરના મૂળ માંસધાતુમાં મળે છે. પછી ત્યાં પાંચ દિવસ સુધી તેનું માંસમાં રહેલા અગ્નિવડે ફરી પાચન થઈ તેમાંથી પાછો મેદા નીકળે છે. તે મેદા વ્યાન વાયુ વડે પ્રેરાઈ શિરાઓ માર્ગે કાનમાંથી બહાર આવે છે.

પછી માંસ માંહેના આહારના સારલુત રસના બે વિભાગ થાય છે. સૂક્ષ્મ અને સ્થૂળ. સૂક્ષ્મભાગ શરીરના મૂળ માંસ-ધાતુનું પોષણ કરવા રહે છે.

અને સ્થૂળ ભાગ વ્યાન વાયુ વડે પ્રેરાઈને ધમનીઓ માર્ગે શરીરના મૂળ મેદા ધાતુમાંના અગ્નિથી ફરી પાચન થઈ પાંચ દિવસ મેદામાં જ રહે છે. પાચન થતાં તેમાંથી પરસેવારૂપ મેદા નીકળે છે અને શરીરની ગરમીથી તપીને શિરાઓ માર્ગે રવાણાનાં છિદ્રો વાટે બહાર પડે છે. જીભ, દાંત, કાખ, વગેરેમાં જે મેદા નીકળે છે તે મેદનો મેદા છે, એમ કેટલાક વિદ્વાનોનો અભિપ્રાય છે.

પછી મેદા ધાતુમાં ગયેલા આહાર રસના બે ભાગ થાય છે. સૂક્ષ્મ, અને સ્થૂળ. સૂક્ષ્મ ભાગ ઉદરમાં રહીને મૂળ મેદા ધાતુનું પોષણ કરે છે.

અને સ્થૂળભાગ વ્યાન વાયુથી પ્રેરાઈને ધમનીઓ માર્ગે શરીરના મૂળ અસ્થિ-ધાતુમાં જાય છે. ત્યાં અસ્થિ માંહેના અગ્નિથી ફરી પાચન થતાં તે રસ પાંચ દિવસ સુધી અસ્થિમાં રહે છે. પાચન થતાં તેમાંથી મેદા નીક-

જે છે તે વ્યાન વાયુવડે પ્રેરાઈ શિરાઓ માગે આંગળીઓમાં આવીને નખ બને છે. રૂવાડાં પણ એજ ધાતુનો મેલ છે એમ મનાય છે.

પછી અસ્થિધાતુમાં ગયેલ સાર છુત રસના એ ભાગ થાય છે. સૂક્ષ્મ અને સ્થૂળ સૂક્ષ્મ ભાગ મૂળ અસ્થિ ધાતુમાંજ રહી તેનું પોષણ કરે છે.

અને સ્થૂળ ભાગ વ્યાન વાયુથી પ્રેરાઈ શિરાઓ માગે અસ્થિઓની આંદર મજ્જા નામનો ધાતુ છે તેમાં મળે છે. ત્યાં મજ્જામાં રહેલા અગ્નિ-વડે પાચન થઈ પાંચ દિવસ તે મજ્જામાંજ રહે છે. પાચન થતાં તેમાંથી મેલ નીકળે છે, તે વ્યાન વાયુથી પ્રેરાઈ શિરાઓ માગે બને તેવમાં આવે છે, જે આંખનો મેલ અથવા ચીપડા કહેવાય છે.

પછી મજ્જા-ધાતુમાં ગયેલ સાર છુત રસના એ ભાગ થાય છે. સૂક્ષ્મ અને સ્થૂળ. સૂક્ષ્મ ભાગ મૂળ મજ્જા ધાતુમાંજ રહી તેનું પોષણ કરે છે.

અને સ્થૂળ ભાગ વ્યાન વાયુથી પ્રેરાઈ શિરાઓ માગે શરીરના મૂળ વીર્ય નામના ધાતુમાં જાય છે. વીર્ય આખા શરીરમાં રહે છે. ત્યાં વીર્યમાંના અગ્નિવડે પાંચ દિવસ સુધી તેનું પાચન થાય છે. આહાર રસ આ પ્રમાણે છૂટી વખત પાચન થતાં તેમાંથી મેલ નીકળતો નથી. જેવી રીતે શેરડીનો રસ અથવા ચાસણી ઉકાળતાં તે ઉપર વારંવાર મેલ જરી આવે છે, અને છેવટ શુદ્ધ રસ તૈયાર થાય છે, તેવીજ રીતે શરીરના આહાર રસનો પરિણામ આવે છે. આ પાચન ક્રિયામાં શરીરની વધઘટ ગરમીને લીધે જેટલી ખામી રહે છે તેના પ્રમાણમાં ધાતુઓના પોષણમાં અને મેલના જથ્થામાં વધઘટ થાય છે.

કેટલાંક માણસોને કફ વધારે થયા કરે છે, કેટલાંકને પિત્ત વધારે થાય છે, કેટલાંકને કાનમાં મેલ વધારે આવે છે, કેટલાંકને પંસેવો વધારે થયા કરે છે, કેટલાંકને નખ અને રૂવાડાં બહુ વધે છે અને કેટલાંકને આંખમાં ચીપડા બહુ થયા કરે છે, અને ઉપર લખેલા દરેક ધાતુની અંદરના પાચન ક્રિયાના ન્યૂનાધિકપણાથીજ એવું પરિણામ આવતું હશે, એવું આ ઉપરથી આપણે અનુમાન બાંધી શકીએ છીએ.

મુંબઈ વરલી દાદરની બાટલીવાળાની કુંઠ અને મુબાઈના ગરીબ લોકો વચ્ચે લખત કરવામાં આવે છે કે કોઈ પણ ગરીબ માણસને કોલેરાની દવા 'બાટલીવાળાની કુંઠ નું કોલેરાલ' ૭ મહીના સુધી મફત આંખમાં આવશે અને તે માટે મજકુર કુંઠએ આ લખત પર સહી કરી છે. ૧—૭—૫૮

(શક્તી)

બાટલીવાળાની કુંઠ

દો. લી. બાટલીવાળા.

પુસ્તક સરદોશીકેટામાંથી એકજ વાંચો.

J. Chavis Esq. Superintendent Water Works Bombay Municipality:—Lives of my workmen who were attacked by cholera have been saved by Batliwala & Co.'s 'choleral' Its effect was Marvellous. There was not a Single Case of failure.

છેક દુર મદરાશથી એક અવાજ !!!

સી. ચિન એસ્કવાયર મીઠાના અગરના માજી ઓશીસર અને હાલ રામન વેનગોપાળા બદાદરના સંકેટરી લખે છે કે મને તાવ તો આવતો હતો અને એ ડક્ટરોથી વળ્યું નહીં પણ બાટલીવાળા એગ્યુ મિક્સચર લેવાથી ગયો છે અને પાછો આવ્યો નથી.

બાટલીવાળા એગ્યુ પિલ્સ અથવા મિક્સચર અને બાટલીવાળા કુંઠ નું 'કોલેરાલ' દરેક ઢેકાણે વેચાય છે. કી. રૂ. ૩૧) જે મગવા અડચણ પડે તો ૩૦ બાટલીવાળાને વરલા દાદર મુંબઈ લખવું.

અમૃત ખિન્દુ.

અથવા સુબક-પરમાની દવા.

આ અમૃતખિન્દુની શીશીને અમૃતનો સંપૂર્ણ કળશ કહેવામાં કાંઈ પણ અતિશયોક્તિ થતી નથી. એનાથી નવો તેમજ જુનો પરમો, ચોખ્ખાના ઘોણુ જેવો પેસાળ, પેસાળમાં ધાતુ, પીપ અને લોહીનું વહેવું, મૂત્ર નથીતો જખમ, પેસાળમાં દાહ, એ સર્વ જડ મૂળથી નીકળી જાય છે. અજમાની ખાત્રી કરો કિન્મત શીશીનો રૂ. ૧. ટપાલ ખર્ચ જુદું.

રાજવૈદ્ય પંડિત કન્હૈયાલાલ

શ્રી શ્રી ગોપાલજીનું મંદિર

નં. ૨૨૦. હરીસનરોડ—કલકત્તા.

વૈદ્ય વિધાના વિલાસીઓને માટે એક સારી તક.

શરીર સંરક્ષણના મહત્વને સમજાવવાળા ગ્રંથરચેને વિચારના કરવાની છે, “શરીર સંરક્ષણ” સંબંધી કેટલાક એવા તો ઉપયોગી નિબંધો મારી પાસે લખેલા તૈયાર પડેલા છે કે જેની ઘેર ઘેર, અને દરેક નિશાળમાં લઘાણી થવી જોઈએ. અફસોસની વાત એ છે કે, નાટકની અને નકારી વાર્તાની ચોપડીઓ નાદાન યોદ્ધાઓ ધરમાંથી પૈસા ચોરીને પણ ખરીદી વાચે છે, ત્યારે જે જ્ઞાન ઉપર તમામ વિદ્યાઓ, શાસ્ત્રો, અને સુખનો પાયો રચાય છે, તેવા આશ્વિયાદૃષ્ય વિષય ઉપર સમગ્ર માણસોનું પણ ભક્ષ ખેંચાયું નથી! અને તેથી આ સર્વોત્તમ જ્ઞાન અધિકારમાંજ પડી રહ્યું છે! તેનાપર અજવાળું પાડવું, એ દરેક સહૃદય અને સ્વદેશ-ભિમાની દેશીબાઈનું કર્તવ્ય છે. હું મારાથી જની શકે તે આ વિષયમાં યતન કરું છું, અને અવિનોકે તો થશે, પણ મારે હૃદયું પડે છે કે, આ વિષયમાં યુજરાતી ભાષા દ્વારા કોમ્પએ નથી કર્યો એવો પ્રયત્ન નિઃસ્વાર્થ પ્રયાયજી મેં કરવા માંડેલો છે, જેની યુજ કરનારાઓ કરે છે. પણ આ હેતુ વધારે સારી રીતે પાર પડે, તેને માટે મારા નીચેના સંકલ્પ તરફ સર્વ સમગ્ર સહૃદયોનું ધ્યાન ખેંચવાની રત્ન લઉં છું:—

મારા લખેલા નિબંધો છપાવી પ્રસિદ્ધ કરવા માટે માત્ર છપામાણી ખર્ચ માટે રૂ. ૫૦) આપે તેમને તેમાંનો એક નિબંધ અર્પણ કરવા, એટલુંજ નહિ પણ આ યતન કરવાનો જે હેતુ છે તે હેતુ સારી રીતે પાર પડે તે માટે પોતાની નાત જાતમાં અથવા ઈચ્છા પ્ર. લઘાણી કરવા માટે તેની ૫૦૦) પ્રતો તેમને કિમત લીધા વિના આપવી. આ દરેક નિબંધ રૌપ્ય બત્રીશ પૈસા લગભગ ૧૫૦ પૃષ્ઠોનો છે.

નમુના તરીકે થોડા એક નિબંધો નીચે આપ્યા છે:—

આરોગ્ય રહેવાના ઉપાય ૦-૨-૦	આરોગ્યતાના ૧૦૮ નિયમો...૦-૨-૦
અભિચર્ય.....૦-૨-૦	સ્ત્રી-ઉપચાર.....૦-૨-૦
આળસજન.....૦-૨-૦	ગર્ભાધાન.....૦-૨-૦
સંતાપિતશીરીતે ઉત્પન્ન કરવી. ૦-૨-૦	આહાર.....૦-૨-૦
ઋતુચર્યા.....૦-૨-૦	વિહાર.....૦-૨-૦
બાળોપચાર.....૦-૨-૦	વીર્યરક્ષા.....૦-૨-૦
માતાઓને સલાહ.....૦-૨-૦	

આમાના અનુક્રમે પહેલા ત્રણ છપાયા છે અને ચોથો આ ચોપા-નિયામાં શરૂ થયો છે. આશા છે કે, આ લેખોની કિમત સમજનારા ગ્રંથરચો આ યતનમાં જાતી મદદ આપશે કે અપાવશે.

તંત્રી- “વૈદ્યકદ્વપતર”

વૈદ્યકલ્પતર.

વૈદ્યક સંબંધી ઉપયોગી વિષયો ચરચનાર
માસિક પત્ર.

A MONTHLY MEDICAL ADVISER.

પુસ્તક ૪ થું. નવેમ્બર સને ૧૮૯૮. અંક ૧૧ મો.

તંત્રી

વૈદ્ય જટાશંકર લીલાધર ત્રિવેદી

ગૂજરાત આર્ય ઔષધશાળા
અમદાવાદ.

વિષયાનુક્રમ.

વિષય.	પૃષ્ઠ.	વિષય.	પૃષ્ઠ.
કરૂણા પરતોડ ગમન અથવા		કફ-સ્ત્રેષ્ઠ્ય.....	૧૭૮
ઝંડું વિરહ	૧૬૯	દ્વિનયર્થા.....	૧૭૯
વીર્ય.....	૧૭૦	સહૃદ્ધા ઉપાયોનો સંગ્રહ...	૧૮૨
ત્રણ દોશ. વાત-પિત-કફ...	૧૭૫	સારી સતતિ શી રીતે ઉ-	
વાત-વીર્ય.....	૧૭૬	ત્પન્ન કરવી.....	૨૫
પિત.....	૧૭૭		

અમદાવાદ—“પ્રજ્ઞાનંધુ” પ્રીન્ટીંગ પ્રેસમાં મુદ્રાકિત કર્યું.
વાર્ષિક મૂલ્ય

પોસ્ટેજ સાથે રૂ. ૧૧ અગાઉથી. પાછળથી રૂ. ૧૧૧.

(સર્વ કલ્પ સ્વાધિન.)

આ પત્રનું લવાજમ.

જે ચોક્કસ માહત્તે કરાવે તે આપનું બાકી છે. તેમજ દરે વખતે વિશ્વને મોટાથી આપવાની મહેરબાની કરવી. આ ચોથા વર્ષનો દરે એક જ અંક બાકી છે. માટે આ અંક પહોંચ્યા પછી તુરત લવાજમ નહિ મોકલે તેમના ઉપર છેલ્લા બારમો અંક વેલ્યુએએમલ દરી મોકલવામાં આવશે. આશા છે કે અમારા સુઘ માહત્તે આ વર્ષે અ.ખર મુધામાં ચહેલ લવાજમ મોકલી આપવા ચૂકશે નહિ.

આવતું વર્ષ.

જાનેવારી સને ૧૮૯૮ થી આ આપાનિવાનું પાંચમું વર્ષ શરૂ થશે. પાંચમા વર્ષથી કેટલાક નવિન વિષયો અને અતિ ઉપયોગી નિબંધોનો આરંભ થશે. આવતા વર્ષમાં એક અતિ ઉપયોગી પુસ્તક અમારાં આહવા બેટ તરીકે આપવાનું નક્કી કરેલું છે.

ધરવૈદું.

રોયલ પૃષ્ઠનો સર્વથી ઉપયોગી અને સર્વથી સસ્તો અથ્થ હપાય છે. આવતા જાનેવારી આખર બહાર પડશે. કિંમત રૂ. ૨૫ રાખવામાં આવશે. પણ બહાર પડતાં મુદ્દીમાં નામ નોંધાવનારા આહવા મા સેથી કિંમત રૂ. ૧૫ માત્ર લેવાની છે ટપાત્ર ખર્ચે જુદું પડશે. માટે આ હક થનારાઓએ વેળાસર નામ નોંધાવવાં

વૈધકલ્પતર.

પુસ્તક ૫ મું.

નવેમ્બર સને ૧૮૯૮.

અંક ૧૨ મો.

કરુણા પરલોક ગમન

અથવા

ઝંડુ વિરહ.

(ગયા અંકનું અનુસંધાન.)

સૌરભા.

શો એનો આચાર, શી એની સદ્ભાવના;	
શા એના ઉદ્દગાર, સરલ હૃદય શું એ તણું.	૧૭
શા એના ઉપકાર, શી એની અનલલ દયા;	
કેવું ચિત્ત ઉદાર ! કેવી એની યોગ્યતા.	૮
શો એનો ઉપદેશ, કેવી એની ધીરતા;	
શો એનો આવેશ, જ્વાલિત કરવામાં હતો.	૯
કેવું એનું જ્ઞાન, નિર્ભંગ એનો પ્રેમ શુ !	
કેવું એનું દાન, કેવી એની મિટતા !	૧૦
આર્ય વંશ ઉત્કર્ષ, કાળુ ખરો કરશે હવે;	
હંચો અમારો હર્ષ, દૈવે આ ગત વર્ષમાં.	૧૧

હરિગીત.

સદ્વૈધનાં જે લક્ષણો, સૌ શાસ્ત્રકારોને ગમે;	
તે લક્ષણો સંપૂર્ણ તો, ભટ ઝંડુમાં જોયા અમે;	
ઐવા ન દીકા સાંભળ્યા, ગુણ શું કહું એના કયા !	
થાશે થયા છે થાય નર, પણ ઝંડુ સમ થાવા નથી.	૧૨
પ્રાચીન વૈધક હૃદયની, ઇચ્છા પ્રબળ જેની હતી;	
દિનરાત જેના મન વિષે, એનીજ ઉર્મી આવતી;	
અધિકાર વિન સમજાય નહિ, આવી ભૈમિકા અન્યથી;	

થાશે થયા છે થાય નર, પણ જંડુ સમ થાવા નથી. ૧૩

જન ગદરહિન કમ થાય ને, આયુષ્ય કેમ વધે વળી;
સ્થાપન કરી એ સિદ્ધ કરવા, જીવિત વર્દક મંડળી.
ઋષિ-મુનિ તણે શ્રમ સાધ્ય કરવા, બુદ્ધિ જોણે બહુ મળી;

થાશે થયા છે થાય નર, પણ જંડુ સમ થાવા નથી. ૧૪

ક્યારે કરું ઉદ્ધાર હું, સુખરૂપ આયુર્વેદનો;*
આશય હતો આ એક એનો, +હર્ષ અથવા ખેદનો;
પોતેજ રથ પોતેજ હથ, પોતેજ સાચા સારથી;

થાશે થયા છે થાય નર, પણ જંડુ સમ થાવા નથી. ૧૫

તત્પર ધણા દર્શાવવા, ગણુન્જીવનીય તણા ગુણો;
ધુન શી હતી એ વિપયમાં, ઉદ્યમ નહીં એનો હોણો !
સૌને બલામણુ એજ કરતા, આપતા ઉત્સાહથી;

થાશે થયા છે થાય નર, પણ જંડુ સમ થાવા નથી. ૧૬

અનુભવ તણી આ વાત છે, પરિચિતજનો જાણે ઉરે;
પરિચય વિના આ મર્મનું, લવ સ્પુરણુ પણ ક્યાંથી સ્પુરે !
છે સૂક્ષ્મ આનો બેદ કોઇ, વિરલ સમજે સાનથી;

થાશે થયા છે થાય નર, પણ જંડુ સમ થાવા નથી. ૧૭

અપૂર્ણ.

વીર્ય.

Semen Virile.

ખાનપાનના છેવટના પરિણામને “વીર્ય” અથવા ધાત કહેવામાં આવે છે. જે ખોરાક આપણે ખાઈએ પીએ છીએ તેનો રસ શરીરના સા- તે ધાતુઓને પોષણ આપતો આવતો આવતો છેવટ વીર્યપણાને પામે છે આપણા ખાનપાનમાંથી એક માસ અને નવ ઘડી પછી વીર્ય, બને છે, એટલે આજ જે વસ્તુ ખાવામાં આવે તેમાંથી રસ, રક્ત, માંસ, મેદ, અસ્થિ અને મજ્જા થયા પછી એક માસ અને નવ ઘડી પછી વીર્ય થાય છે, એવો પ્રાચીન આર્ય વિદ્વાનોનો અભિપ્રાય છે. મુદ્દતની આ એક

* આર્ય વૈદ્ય વિદ્યા. + પૂર્ણ થાય તો હર્ષ ને ન થાય તો ખેદ. + જીવિત ક્રિતિ ને વધારનારાં ઔષધો.

સરાસરી બતાવેલી છે. કેમકે ખાનપાનના પદાર્થોના ગુણ અને માણસોના શરીરના અગ્નિનું બળ એ બે વાત ઉપર વીર્ય પેદા થવાની મુદતમાં વધ-
ઘટ પણ થાય છે. કેટલીક વસ્તુઓ એવી હોય છે કે તેનું વીર્ય જલદી થા-
ય છે, તેમજ તીક્ષ્ણ જડરાગિનિ વાળાના શરીરમાં રસ જલદી જલદી ચઢ-
વાથી તેના શરીરમાં વીર્ય એક માસ કરતાં વહેલું થાય છે, અને મંદ
અગ્નિવાળાના શરીરમાં રસ ચડતાં વાર લાગે છે તેથી તેના શરીરમાં વીર્ય
થતાં એક માસ કરતાં પણ વધારે દિવસો લાગે છે. મધ્યમ ગુણનો ખોરાક
અને મધ્યમ અગ્નિના માણસના શરીરમાં ખોરાકનું વીર્ય થતાં લગભગ
એક માસ લાગે છે.

વીર્ય ખાનપાનના પદાર્થોમાંથી કિત્પત્ર થાય છે, તો રસાયન વિધાના
નિયમ પ્રમાણે તે જેમ પુરુષોમાં કિત્પત્ર થાય છે તેમ સ્ત્રીઓમાં પણ થવું
જોઈએ, અને આર્ય વૈદક શાસ્ત્રના મત પ્રમાણે સ્ત્રીઓમાં પણ
વીર્ય હોય છે. ખાનપાનના રસમાંથી પુરુષોમાં વીર્ય થાય છે અને સ્ત્રીઓમાં
વીર્ય તથા આર્તવ એવા બે ધાતુ થાય છે. જેમ પુરુષોને વીર્યપાત થાય છે,
તેમ સ્ત્રીઓને પણ વીર્યપાત થાય છે. પુરુષોનું વીર્ય ગર્ભ ધારણને યોગ્ય
હોય છે અને સ્ત્રીઓનું આર્તવ ગર્ભ ધારણને યોગ્ય હોય છે. વીર્ય જેમ
પુરુષોમાં બળ વર્ણુ તથા પુષ્પા આપે છે, તેમ સ્ત્રીઓમાં પણ જે બળ,
વર્ણુ તથા પુષ્પા હોય છે તે વીર્યને લીધે હોય છે.

વીર્ય દંડું છે, રક્ષાટિક જેવું ઘોળું છે, સ્નિગ્ધ છે, બળ તથા પુષ્ટી
આપનાર છે, ગર્ભના બીજરૂપ છે, દેહના સાર રૂપ છે, અને જીવનના ઉત્ત-
મ આશ્રય રૂપ છે.

વીર્ય શરીરમાં ક્યાં રહે છે તેને માટે જુદી જુદી કલ્પનાઓ છે. આ
વિષયમાં આર્ય વૈદક શાસ્ત્રકારોની કલ્પના યુક્તિ વાળી અને સંબંધિત છે. જેમ
દુધમાં ધી અને શેરડીમાં રસ ગુમપણે રહેલું છે, તેમ વીર્ય પણ આપણા
આખા શરીરમાં ગુમપણે રહેલું છે. જેમ દુધનું થોડું મથન કરવાથી તે-
માંથી ધી નીકળી આવે છે, અને શેરડીને સખ્ત સંચામાં નાંખી બહુ મ-
હેનને તેમાંથી રસ નીકળે છે, તેમ બહુ વીર્યવાળા શરીરમાંથી અલ્પ શ્રમથી
વિશેષ વીર્ય પ્રગટ થાય છે. અને ક્ષીણ વીર્યવાળા શરીરમાંથી ઘણા શ્રમથી
પણ ઘણું ઓછું વીર્ય પ્રગટ થાય છે. વીર્ય શી રીતે બહાર આવે છે તે
વાત ઘણી સૂક્ષ્મ છે. સામાન્ય સમજ એવી છે કે, જેમ જાડા તથા પેસા-
બનો રેચ લેવાથી વિશેષ જાડા પેસાળ થાય છે, એવીજ રીતે વીર્યને શરી-
રમાં રેચ લાગે છે, અને તેથી ખેંચાઈને વીર્યની અમુક જગામાં એકઠું થઈ

આવે છે. જેમ હરડે, એરંડીયું. સોનામખી વગેરે રેચની વસ્તુઓ છે, અને સુરોખાર, કાકડીનાંખી, શીલાજીત વગેરે પેસાળના રેચની વસ્તુઓ છે, તેમ સ્ત્રીપુરુષોનો પરસ્પર મળવાનો સંકલ્પ, સ્મરણ, સ્પર્શ, આલિંગન એ વીગેરે વીર્યના ગુણાળની વસ્તુઓ છે. આ સિવાય ખાનપાનની કેટલીક વસ્તુઓ પણ વીર્યનો રેચ કરે છે અર્થાત્ વીર્યને વધારીને તથા હિતેજન આપીને તેને બહાર નીકળવાની ગતિ આપે છે આથી અનેક વસ્તુઓમાં દુધ, અડદ, બીલામાં, આંબળાં, વગેરેને પ્રથમ સૂકી શકાય છે.

વીર્ય જે શુદ્ધ હોયતો ગર્ભની ઉત્પત્તિ કરવાનો શુભ ધરાવે છે. વીર્યના ઉપર જે ગુણ લખ્યા છે તે શુદ્ધ વીર્યના છે. એથી ગુદાજ ગુણવાળું વીર્ય ગર્ભની ઉત્પત્તિના ઉપયોગમાં આવી શકતું નથી અને કદિ દોષવાળા વીર્યથી ગર્ભ રહે છે તો, તે ગર્ભમાંથી કદિ બાળક જન્મે છે, તે બાળકમાંથી કદિ માણસ થઈ શકે છે અને કદાચ તે માણસ લાંબી જીંદગી પણ ભોગવે છે, તોપણ તે દરેક સ્થિતિમાં તેની તનદુરસ્તી સારી હોતી નથી. “કદાચ” એ શબ્દ મૂકવાનું કારણ એટલુંજ છે કે, ઘણુંકરીને એવા દોષવાળા વીર્યથી રહેલો ગર્ભ ગર્ભમાંજ નાશ પામે છે, કદિ જન્મે છે તો જન્મ્યા પછી નાશ પામે છે અને છેવટ ટુંકી અને રોગી જીંદગી ભોગવી નાશ પામે છે.

બાળકોમાં વીર્ય હોય છે કે નહિ અને હોય છે તો પ્રગટ કેમ થતું નથી, એ એક પ્રશ્ન છે. બાળકના શરીરમાં પણ વીર્ય હોય છે પણ સૂક્ષ્મ પણાને લીધે તે દેખાતું નથી. પુષ્પનો દાખલો આપવાથી આ વાતની બરાબર સમજણ પડશે. પુષ્પોની કાચી કળીઓમાં ગંધ હોય છે પણ તે ગંધ માલમ પડતો નથી જ્યારે તે કળીઓ પાકીને ખીલે છે ત્યારેજ તેનો વાસ પ્રગટ થાય છે. એવીજ રીતે બાળકોમાં વીર્ય હોય છે પણ તે સૂક્ષ્મ હોવાને લીધે પ્રગટ થતું નથી. જ્યારે બાળકો જન્મનીમાં આવી શ્શ્મિ છે ત્યારેજ તે પ્રગટ થાય છે. જેમ કાચાં ફળ કે ફૂલની કળીને ત્રોડી તેને ગરમીમાં રાખી મુકવાથી કાંઈક પાકે છે, અને તેમાં વાસ મન પ્રસન્ન કરે એવો નથી હોતો, તેવી રીતે બાળકોમાં વીર્ય પરિપુર્ય પકવ થયા પહેલાં જે તેઓ કૃત્રિમ ઉપાયો વડે વીર્યને બેચે છે, તો વીર્ય પ્રગટ થાય છે ખરું પણ તે વીર્ય કાચું હોય છે અને પછી ઘણી ખરાબી થાય છે માટે કૃત્રિમ ઉપાયો વડે પકાવેલાં ફળો કે ફુલોમાં જેમ

કાંઈ સ્વાદ કે સાર હોતો નથી તેમ કાચી દુરનાં બાળકોમાં જેવીકે
 ૫૫ અપ્રગટ હોય છે તેને આવા કૃત્રિમ ઉપાયો વડે પ્રગટ કરવામાં આવે છે
 તેમાં કાંઈ પણ સાર હોતો નથી, અને એવાં ફળો અને પુલો
 જલદી ભગડી, કે કરમાઈ જાય છે તેમ એવાં બાળકો પણ પછી ભગડી
 કરમાઈને વહેલાં નાશ પામે છે. આ વાત બહુજ ધ્યાનપૂર્વક
 સમજવા જેવી છે. જેમ બાળકોમાં વીર્ય હોય છે તે પછવ અવસ્થા-
 માં પ્રગટ થાય છે, તેમ પ્રરોધનાં દાદી મુછ અને સ્ત્રીઓનાં સ્તન, પાનખર,
 અને આર્તવ તેમના બાળપણમાંથીજ ઉપજી થવા માંડે છે અને
 પાકી અવસ્થાએ પ્રગટ થાય છે એમ અનુમાન કરીએ તો તે જરાપણ
 ખોટું ગણાયે નહીં. આ ઉપરથી બીજી અગત્યની વાત એ સમજવા છે કે,
 પુરુષ દાદી મુછ પુટયા પછી પાકી ઉમરમાં આવ્યા ગણાય અને સ્ત્રીઓ
 સ્તન તથા આર્તવનું સ્પષ્ટ પણે પ્રગટ થવું થાય ત્યારથી પાકી ઉમરમાં
 આવી ગણાય.

વૃદ્ધાવસ્થામાં વીર્ય બંધ પડે છે તેનું કારણ એમ સમજાય છે કે,
 એ ઉમરમાં શરીરમાં વાયુનું જોર થવા માંડે છે. વાયુનો સ્વભાવ સ્તનનું
 ૫૬ સ્પર્શ કરી સૂકવી નાંખવાનો છે તેથી વૃદ્ધ લોકોની ધાતુ સુકાઈ જતી હોય
 એમ અનુમાન થાય છે. જો વાયુ દુર કરવાના યોગ્ય ઉપચારો થાય છે
 તો વૃદ્ધમાં પણ ધાતુ ખનવાનો સંભવ છે. પોણોસો પોણોસો વર્ષની વય-
 ના અને કેટલાંક દશાંતોમાં છેક એક નેત્રું વરસની વયના પુરુષોથી મરજ
 સ્થાના દાખલાઓ બને છે; અને એ ઉપરથી સમજાય છે કે, શરીરના
 સંચાની યોગ્ય સાચવણ રહેતો તે સંચો તેનાં જીહાં જીહાં કાચો બાંખા
 વખત સુધી કરતો બંધ પડે નહિ.

જીવ-જીવન-ચૈતન્ય.

(Life-સાધક.)

માણસનું આખું શરીર ચૈતન્યમય છે. શરીરના કેટલાએક ભાગો
 વિશેષ ચૈતન્યવાળા અને કેટલાક યોગ્ય ચૈતન્યવાળા છે. આ બધા ભાગો ભોહીના
 ૫૭ પોષણથી ચૈતન્યવાળા રહે છે, માટે ભોહી એજ જીવ છે, અને લોહાંને શુદ્ધ કર-
 નારી વળી એક બીજી વસ્તુ છે. એ વસ્તુ પ્રાણવાયુ અથવા ઓક્સિજન છે.
 આ પ્રાણવાયુ ફેફસામાં તેમજ ભોહીને ફરવાની તમામ ધમવીઓમાં સાથે
 ભોહીને શુદ્ધ કરે છે, એટલુંજ નહીં પણ ભોહીની ગતિમાં પણ અડદ કરે

છે. માટે પ્રાણુસાયુ એ પણ મોટું ચૈતન્ય છે લોકો માને છે કે જીવ હવા રૂપે બિડી જાય છે તે હવા આ પ્રાણુસાયુ છે એમ સમજાવે હરકત નથી.

આ ઉપરથી સમજાવે કે જીવ આખા શરીરમાં રહે છે આર્ય વૈદ્યક શાસ્ત્રકારો પણ એજ અનિપ્રાય આપે છે. તેઓ કહે છે કે જીવ આખા શરીરમાં રહે છે, એટલુંજ નહિ પણ વિશ્લેષે કરીને વીર્યમાં, લોહીમાં તથા મગ્ગમાં રહે છે એ વાત ખરી છે, તે એવી રીતે કે વીર્ય લોહીનું બીજું સ્વરૂપ અથવા તત્વ છે. જેમ દુધ તથા ઘી એ બંને એકજ જાત છે, અને દુધમાંથી ઘી બને છે, તેમ લોહી અને વીર્ય એ બંને એકજ જાત છે, કેમકે લોહીમાંથીજ વીર્ય બને છે. વીર્યમાં ચૈતન્ય અથવા જીવ છે તેનો બીજો પુરાવો એ છે કે, વીર્ય વડે બીજો જીવ ઉત્પન્ન થઈ શકે છે. જીવનું બીજું મુખ્યસ્થાન મગ્ગ છે એમ કહેવામાં આવેલું છે, તે પણ ખરું છે, આંદિ મગ્ગનો અર્થ નિરૂપયોગી મગ્ગ ઝાડા વાટે બહાર નીકળે છે તે નહિ પણ, કાચા મગ્ગ કે જેમાંથી રસ શરીરમાં ચડે છે, તેને મગ્ગ સમજવો. મગ્ગનું સ્થાન આંતરડાં છે અને ત્યાં પિત્ત વગેરે અગ્નિના યોગથી કાચા મગ્ગ પકવ થઈને તેમાંથી પોષણ કારક રસ શરીરમાં ચડે છે. જે આ મગ્ગનો છેક નિકાલ કરવામાં આવેલો જીવંતી એકદમ બંધ પડે. ઉંટ વેંચો ઉપર ઉપર સખ્ત રેચ આપે છે તેવી કાચા મગ્ગ તુટી પડી ઘણા પ્રાણુ ગયાના દાખલા બનેલા છે તે બનેલું. જે મગ્ગમાં કાંઈ જીવનનાં તત્વ ન હોત તો આંતરડાં માંથી છેક નીકળી જાયથી તેમ થવાનો સંભવ થત નહિ. મગ્ગના દોષથી થયેલા ત્રિદોષ જ્વરમાં મગ્ગને પકવવાની ક્રિયા કર્યાવના કાઢવાની ક્રિયા કરવામાં આવે છે તો એવા ત્રિદોષના દરદીઓ બચવા પામતા નથી; ક્ષય વગેરે કેટલાંક દંદોમાં જ્યારે ચૈતન્ય ઓછું થાય છે ત્યારે પણ છેવટ તેના મગ્ગમાં ચતન્ય રહેતું હોય એમ સમજાય છે, કેમકે ક્ષયના દરદીના મગ્ગની સંભાળ નહિ રાખતાં જે તેના મગ્ગની પ્રવૃત્તિ થાય એવી કાંઈ પણ દવા ભુક્ત થી અપાય છે તે ક્ષયના રોગીનું આડીનું આયુષ્ય એકદમ અટકી પડે છે. આ પ્રમાણે જોના શરીરમાંથી વીર્ય લોહી અને મગ્ગનો છેક નાશ પામે છે, તેમનું શરીર નાશ પામે છે. જે માણસમાં એ ત્રણે તત્વો જેટલા પ્રમાણમાં હોય તેટલા પ્રમાણમાં તેમાં વધારે કે ઓછું ચૈતન્ય સમજવું. બધા જીવતાં મનુષ્યોમાં જીવ અથવા ચૈતન્યનાં અંશો સરખા હોતા નથી જીવ અથવા ચૈતન્ય એકદમ આવે છે કે એકદમ નીકળી જાય છે એમ સમજવું નહિ. એક માણસ જીવે છે અને બોલે છે તેથી તેનામાં જીવ અથવા

જીવણે ખેડો છે એમ સમજવું નહિ જોઈએ. અકસ્માત બનાવો સિવાય જે ટલી જીંદગીઓ બંધ પડે છે તે ક્રમે ક્રમે બંધ પડે છે એટલુંજ નહિ પણ કેટલીક વખત એમ પણ બને છે જેને આપણે અકસ્માત ટલીએ છીએ તે ખરું જોતાં અકસ્માત હોતા નથી, પણ શરીરની અંદર નહિ સમજાય એવી રીતે ચૈતન્યનાં પરમાણુઓ અને ઓછાં થવાની ક્રિયા આજ્ઞા કરતી હોય છે અને પછી કાંઈ વિશેષ કારણ મળવાથી ચૈતન્ય તરત બંધ પડી જાય છે તથાપિ આપણે તે બનાવને ભુલથી અકસ્માત તરીકે ગણીએ છીએ. જીવ અથવા ચૈતન્યનાં આજ્ઞા વધતાં પરમાણુઓ પ્રમાણે જીવિંદગી માણસોમાં બળ, બુદ્ધિ, ઉત્સાહ અને કામોમાં ન્યુનાત્તિક પણું બંધવામાં આવે છે.

ત્રણ દોષ. વાત-પિત્ત-કફ.

THE THREE DISORDERS OF THE BODY.

અગાઉ શરીરના સાત ધાતુઓનો ઉત્પત્તિક્રમ આપેલો છે. તે ઉપરથી એવું જાણી શકાય છે કે, શરીરમાં મુખ્ય ત્રણ વસ્તુ વિશેષ ક્રિયા કરે છે. આધાર રસને તેમજ તેમાંથી ક્રમે ક્રમે ઉત્પન્ન થતા ધાતુઓ, સારજૂત રસો અને મેંદ્રોને સૌ સૌને ઠેકાણે લઈ જવાનું કામ “વાત” એટલે વાયું કરે છે. આ વાયુ આખા શરીરમાં ફેલાયેલો છે. આધાર રસની ગતિ ઉપરથી બીજી વાત પણ જાણી શકાય છે કે શરીરમાં પાચન ક્રિયા માત્ર હોજરી અને આંતરડાંમાંજ થાય છે એમ નથી, પણ આખા શરીરમાં અગ્નિ રહે છે. પકવાશયની સ્થિતિ ઉપર શરીરની બીજી ગરમી અને પાચન શક્તિનો આધાર છે આ ઉપરથી ધારી શકાય છે કે “પિત્ત” નામનો એક અગ્નિ શરીરમાં અગત્યનો ભાગ બનવે છે. ત્રીજો મુખ્ય પદાર્થ “કફ” છે. કફ એ “રસ” ધાતુનું એક સ્વરૂપ છે આ કફ અથવા રસ આખા શરીરમાં વ્યાપ્ત છે. અને શરીરનું પોપણ કરનારો એજ મુખ્ય પદાર્થ છે. આ ત્રણ પદાર્થોની શરીરમાં મુખ્ય અગત્યતા અને પ્રધાનતા ઉપરથીજ આર્ય વૈદ્ય શાસ્ત્રકારોએ એ ત્રણ પદાર્થોના વધવ્રત થવા ઉપર શરીરની પ્રકૃતિના રોગીપણાનો કે નિરોગીપણાનો આધાર મુકેલો છે. શરીરના સાત ધાતુઓ અને જાતાવેલા મેલ કે મળ “વાત-પિત્ત-કફ” વડેજ દુષિત થાય છે એ-

ટસે બગડે છે અને એટલા મટેજ એ ત્રણને ‘દોષ’ એવું નામ આપવામાં આવેલું છે.

જમતન ધારણ કરવામાં ચંદ્ર, સૂર્ય અને વાયુની જેવી ક્રિયા છે એવીજ ક્રિયા શરીરને ધારણ કરવામાં એ ત્રણ દોષની જોવામાં આવે છે. ચંદ્ર ત્યાગ કરે છે એટલે પોતાનું બીજને આપે છે શરીરમાં કફ ચંદ્રના જેવું કામ કરે છે. સૂર્ય ગ્રહણ કરે છે એટલે બીજ પાસેથી લઈ જાય છે. શરીરમાં ‘‘પિત્ત’’ સૂર્યનું કામ કરે છે. વાયુ વિદ્યેષ કરે છે ફેંકી દે છે. શરીરમાં વાત વાયુનું કામ કરે છે.

‘‘ વાત-પિત્ત-કફ ’’ વિકાર પામે તો દેહને નાશ કરે છે સમાન અવસ્થામાં એજ ત્રણ પદાર્થો શરીરનો વૃદ્ધિ કરે છે. વય, દિવસ, રાત્રી, અને ભોજન, એ અવસ્થાના આદિમાં, મધ્યમાં, અને અંતમાં કફ, પિત્ત અને વાત અનુક્રમે બળવાન હોય છે તે એવી રીતે કે:—

બાળપણમાં કફ બળવાન હોય છે.	દિવસના પ્રથમ ભાગમાં કફ બળવાન રહે છે.
જુવાનીમાં પિત્ત બળવાન હોય છે.	દિવસના મધ્યભાગમાં પિત્ત બળવાન રહે છે.
વૃદ્ધ વયમાં વાત બળવાન હોય છે.	દિવસના છેલ્લા ભાગમાં વાયુ બળવાન રહે છે.
રાત્રીના પ્રથમ ભાગમાં કફ જોર કરે છે.	ભોજન પછી પ્રથમ કફ જોર કરે છે.
રાત્રીના મધ્ય ભાગમાં પિત્ત જોર કરે છે.	ભોજન પછી, પછી પિત્ત જોર કરે છે.
રાત્રીના અંત ભાગમાં વાયુ જોર કરે છે.	ભોજન પછી, છેલ્લે વાયુ જોર કરે છે.



વાત-વાયુ.

(WIND-ઉવીન્ડ)

વાયુનું સ્વરૂપ—દોષ, ધાતુ, મળ વગેરેને એક સ્થળમાંથી બીજા સ્થળમાં લઈ જાય છે. શરીરની ક્રિયામાં ઝડપ આપે છે. વાયુ વિકાર પામેલો ન હોય તો શરીરમાં ઉત્સાહ અને ચેષ્ટાઓની પ્રવૃત્તિ કરીને ધાતુઓને સારી રીતે ગતિ આપીને તથા ઇન્દ્રિયોને ચષળતા આપીને શરીરની સઘળી ક્રિયાઓમાં સહાયતા આપે છે. વાયુ રજોગુણરૂપ છે. સૂક્ષ્મ, શીતળ, રૂક્ષ, હલકો, મતિવાળો, એ તેના મુખ્ય ગુણ છે.

વાયુના પાંચ પ્રકાર— ઉદ્દાન-કંઠમાં રહે છે. ૨. પ્રાણ-હૃદય રહે છે. ૩. સમાન-આંતરડાંમાં રહે છે. ૪. અપાન-મળાશયમાં રહે છે. અને ૫. વ્યાન-આખા શરીરમાં છે.

ઉદાનવાયુનું કાર્ય-કંઠિ ગતિ કરે છે. તેના વડે બોલવા તથા ખાવાની પ્રવૃત્તિ થાય છે. ઉદાનવાયુ કોષ પામે છે તો હાંસડીના ઉપલા ભાગમાં રોગ પેદા કરે છે.

પ્રાણવાયુનું કાર્ય-મોંઢામાં ગતિ કરે છે અને અનન ગતિ આપે છે. પ્રાણને ધારણ કરે છે. પ્રાણ વાયુ કોષે છે, ત્યારે હેડકી વગેરે ઉત્પન્ન કરે છે.

સમાનવાયુનું કાર્ય-આમાશય (હોજરી) તથા પક્વાશય (આંતરડાં) માં ફરે છે. જઠરાગ્નિ સાથે મળીને અન્ન પચાવે છે, તથા પાચન ક્રિયામાં પેદા થતા રસોનું પ્રથકરણ કરે છે. મળ તથા મુત્રને જુદાં પાડે છે. સમાનવાયુ કોષે છે, ત્યારે મદાગ્નિ, અતિસાર (ઝાડો, અને શુદ્ધ વમેરે રોગોને પેદા કરે છે.

અપાનવાયુનું કાર્ય-મોઠાં આંતરડાંમાં તથા સફરામાં રહે છે. મળ મુત્ર, વીર્ય, ગર્ભ તથા સ્ત્રીઓના રજ (લોહી)ને નીચેનાં દ્વાર તરફ ખેંચી જવાનું કામ કરે છે, અપાનવાયુ કોષ પામે છે ત્યારે બસ્તિ તથા ગુદાના સ્થાનમાં ભયાનક રોગ ઉત્પન્ન કરે છે. વીર્યના રોગ, પ્રમેહ, વમેરે રોગો પણ આ વાયુના કોષથી થાય છે.

વ્યાન વાયુનું કાર્ય-આખા શરીરમાં ફરે છે. રસને ધમનીઓ તથા શિરાઓમાં ચડાવે છે. પરસેવા તથા રૂધિરનું પણ વહન કરે છે. ગતિ, પાસે લાવવું, દૂર ફેંકવું, આંખ મીચવા ઉઘાડવી એ વગેરે કામ પણ વ્યાનવાયુનું છે. વ્યાનવાયુ કોષ પામે છે તો આખા શરીર ઉપરના વ્યાધિઓને જન્મ આપે છે. કવચિત આ સર્વ વાયુઓ એકજ વખતે કોષે છે તો આખા શરીરને ભેદી મારી નાંખે છે.

પિત્ત.

(BILE.-બાઈલ.)

પિત્તનું સ્વરૂપ-ચરમ, પ્રવાહી, પીળું, લીલું, સારક, તીખું, કડકું, હલકું, સિન્ધ, એ પિત્તના સ્વભાવ છે. પિત્ત પક્વ અવસ્થામાં ખાટું છે, આમવાળું પિત્ત લીલું છે અને આમ રહિત પિત્ત પીળું છે પિત્ત પરિણામે સત્વગુણી છે.

પિત્તના પાંચ પ્રકાર-૧ પાચકપિત્ત-પક્વાશય (આંતરડાંમાં) છે. ૨

રંજકપિત્ત-શુક્ત (કલેજુ) તથા પ્લીહ (અરોઢ) માં છે. ૩

સાધકપિત્ત-હૃદયમાં રહે છે. અસોચકપિત્ત-નેત્રમાં રહે છે અ-

નેત્ર પાચકપિત્ત આમડીમાં રહે છે.

પાયકપિત્ત—હૃદયના ક્ષુ તથા અંધકારનો નાશ કરવો, રૂપ ધારણ કરવું, ક્રાંતિ વધારવી, શરીર ઉપરના લેપ મદન વગેરેનું પાચન કરવું, એ વગેરે કાર્યે પાયક પિત્તનું છે. દોષો એક સ્થળમાં છે, પણ આખા ધરમાં પ્રકાશ આવે છે, તેમ આ પાયક આખા શરીરના અગ્નિઓને બળવાન કરે છે.

રંજકપિત્ત—રસનું રંગિર કરે છે. રસને લોહીની જેવો રંગ આપે છે.

સાધકપિત્ત—બુદ્ધિ, ધૃતિ (હિમ્મત,) સ્મૃતિ, વગેરેને ઉત્પન્ન કરે છે. સાધકપિત્ત અંતઃકરણમાં છે અને ધારણા શક્તિ હિમ્મત તથા યાદ શક્તિ અંતઃકરણ દ્વારા પ્રાપ્ત થઈ શકે છે.

આલોચકપિત્ત—રૂપ એટલે આકારને ગ્રહણ કરે છે, મતલબ કે આંખમાં આલોચક પિત્ત રહેલ છે તે વડે જોઈ શકાય છે.

બ્રાજકપિત્ત—શરીર ઉપર લેપ અથવા તેલ વગેરેનું મદન કરવામાં આવે તેને પચાવી શોષણ કરે છે તથા ચામડીની ક્રાંતિ ઉત્પન્ન કરે છે.

કફ--શ્લેષ્મ (FLEGM-ફ્લેગમ)

કફનું સ્વરૂપ—ઘેળો, ભારે, સ્નિગ્ધ, શીતળ, મીઠો, અને બગડવાથી ખારો છે. કફ વિશેષ કરીને તમો ગુણવાળો છે.

કફના પાંચ પ્રકાર—૧. કલેદનકફ—આમાશય (હોજરી) માં છે. ૨. અવલંબનકફ—અંતઃકરણમાં છે. ૩. રસનકફ—કંઠમાં છે. ૪. સ્નેહુનકફ—માથામાં છે, અને ૫. શ્લેષ્મણકફ—સાંધાઓમાં છે.

કલેદનકફ—અન્નને ભીનો કરે છે. સારી રીતે ધારણ કરવું, રસનું ગ્રહણ કરવું, તમામ ઇન્દ્રિયોની તૃપ્તિ કરવી, અને સાંધાઓને સારી રીતે જોડી રાખવા એ વગેરે પાણીની ક્રિયા કલેદનકફ કરે છે.

અવલંબનકફ—અંતઃકરણના ભાગોને તેમજ માથું અને બન્ને હાથના સાંધાઓને ધારણ કરે છે.

રસનકફ—કંઠ અને જીભને નરમ રાખે છે.

સ્નેહુનકફ—સ્નેહ એટલે તેલ જેવો ચીકણો પદાર્થ આપીને ઇન્દ્રિયોને તૃપ્ત કરે છે.

શ્લેષ્મણકફ—સર્વ સાધાને સારી રીતે જોડી રાખે છે.

(૧૭૯)

દિનચર્યા.

Daily Observance of Sanitary Rules.

(નિત્ય પાળવાના નિયમો.)

વહેલું ઉઠવું.

સ્વસ્થ એટલે નિરોગી માણસે આયુષ્યના રક્ષણ માટે પાછલી ચાર ઘડી સત રહે ત્યારે, એટલે ચાર અને પાંચ વાગ્યાની વચ્ચેમાં ઉઠવું. વહેલું ઉઠવાથી શરીર અને મન ઉત્સાહમાં રહે છે અને તેથી દિવસે કામકાજ સારી રીતે કરી શકાય છે. મોડા ઉઠવાથી અથવા જાગ્યા પછી પથારીમાં જાગતા પડી રહેવાથી આગસ વધે છે અને ઘણું નુકસાન થાય છે. પ્રાતઃકાળમાં બુદ્ધિ નિર્મળ, સ્મરણ શક્તિ તાજી, અને મન વિશ્રામ પામેલું હોવાથી લખવા વાંચવા અને વિચાર નાં કામ વધારે સારાં થાય છે.

ઇશ્વર સ્મરણ.

પ્રાતઃકાળમાં ઉઠીને કાંઈપણ કામે લાગતા પહેલાં પથારીમાંજ પ્રથમ જાગૃતકર્તા શ્રી પરમશરણ સ્મરણ કરવું, એટલુંજ નહિ પણ પોતાનો દિવસ ખાતરપણે અને પ્રમાણિકપણે સુખશાંતિમાં પસાર થાય એવી ઇશ્વરની પ્રાર્થના અને માગણી કરી. પ્રાતઃકાળમાં કરેલી આ પ્રાર્થના સફળ થાય છે.

ઉપાપાન.

પાછલી ચાર ઘડી સત્રીમાં ઉઠીને જે પાણી પીવામાં આવે છે તેને “ ઉપાપાન ” કહેવામાં આવે છે. ઇશ્વર સ્મરણ કર્યા પછી પથારીમાંથી પગ બહાર સુકતા પહેલાંજ આઠ અંજલી એટલે આશ્ચરે શેર પાણી પી જવું. આ પ્રમાણે પાણી પીવાથી આયુષ્યની વૃદ્ધિ થાય છે, અને હરસ, સોજન, ઝાડો, તાવ, પેટના રોગ, કોઠ, મેઢ, મૂત્રના રોગ, લોહી ખીંગાડ, પિત્ત બગાડ, કાન, આંખ, ગળું અને માથાના રોગ મટે છે. જુદી જુદી પ્રકૃતિ પ્રમાણે ધી, મધ, દુધ વગેરે જુદા જુદા અનુપાનની વિદ્વાન વૈદ્યની સલાહવડે યોજના કરી શકાય છે, પણ પાણી સામાન્ય રીતે સર્વ પ્રકૃતિને અનુકૂળ પદાર્થ છે. જેઓ મોડા અને અનિયમિત ઉઠે છે તેમને “ ઉપાપાન ” કાંઈ ફાયદો કરતું નથી.

મળમૂત્ર.

મળમૂત્રનો સવારમાંજ ત્યાગ કરવાથી આરોગ્ય અને આયુષ્યની વૃદ્ધિ થાય છે. “ ઉપાપાન ” મળને ઉતારવામાં મદદ કરે છે. જાગૃત જવાનો સ-

વૌત્તમ અનુકૂળ અને આરોગ્ય દાયક સમય પ્રાતઃકાળનો છે, પણ મોડા ઉઠવાની ટેવથી તેમજ ઉડીને બેઠરકારીથી ખીજા કામમાં લાગી જવાની કુટેવથી અનિચ્છારી લોકો હાજત થયા છતાં મળમૂત્રને દયાવી રાખે છે, અને કેટલાકને અનિયમિતપણું થઈ જાય છે. મળમૂત્રની હાજત રોકવાથી ઘણા રોગ થાય છે. પરોડીએ જામી જવાય તે વખત પેશાબની હાજત હોય તે આગમુ થઈ કદી પણ પડી નહિ રહેતાં પેસાબ કરવો. પેસાબ અને ઝાડાની ક્રિયામાં નીચેના નિયમો જરૂર ધ્યાનમાં રાખવા.

૧. ખીજાએ કરેલ મળમૂત્રવાળી જગાપર બેસવું નહિ.
૨. ઝાડો પેસાબ કરતી વખત કાંધપણ બોલવું નહિ.
૩. ઝાડો કે પેસાબ જોર કરીને કદિ પણ કરવો નહિ.
૪. મળમૂત્રના અવયવો પુષ્કળ પાણીવડે સારી રીતે શુદ્ધ કરવા.
૫. ઝાડો કે પેસાબ કરી આવીને પાણીના કાગળા કરવા. હાથ પગની પણ અચ્છી રીતે શુદ્ધિ કરવી.

મુખશુદ્ધિ-દાતણ.

મળમૂત્રનો લાગ કર્યા પછી મોં શુદ્ધ કરવું. મોં શુદ્ધ કરવાને દાતણ અથવા મંજનની જરૂર છે. આ દાતણ અથવા મંજનનો ગુણ એવો હોવો જોઈએ કે મોંની અંદર જામેલા મેલને, કદને, દાંતની છારીને અને પેદાં ઉપરના પિત્તને દૂર કરી શકે. દુર્મધી દૂર કરનાર અને તુરા સ્વાદના પદાર્થો તેને માટે વધારે ઉપયોગી છે. બાળક કે બોરડીનાં દાતણ એ કામ સારી રીતે કરી શકે છે. દાતણ સીધું, બહુ જડું નહિ કે બહુ પાતળું નહિ એવું, કુણું, અને પકડીને ઘસી શકાય એવું લાંબુ લેવું. દાંત તથા પેદાં સારી રીતે ઘસ્યા પછી દાતણની સરખી ચીરો કરી તેવડે જીભ ઉપરની હિલ ઉતારી કાઢવી. દાતણ કરવાના ફાયદા સમજ્યા વિના જેવું લાથ લાગ્યું એવું દાતણ લઈ જરા મોંમાં ફેરવી ફેંકી દેવું, એથી દાતણનો હેતુ જરા-પણુ ખાર પડતો નથી. દાતણની સાથે અમર દાતણની ગેરહાજરીમાં કાંધપણુ મંજન નિત્ય ઘસવાથી દાંત તથા મોં સાફ રહે છે, એટલુંજ નહિ પણ દાંત તથા મોઢાની અંદરનાં દરદો પણ તેથી મટે છે. દાતણ કરીને ઠંડા પાણીથી પુષ્કળ કાગળા કરવા અને આંખોપર પણ ઠંડા પાણીની કેદલીક છાલકો મારવી જેથી આંખનો મળ દૂર થઈ આંખો-નુ તેજ વધે છે.

૧. સીંધાલુણ વાટી તલના તેલમાં મેળવી નિત્ય દાંતે ઘસવાથી દાંતના તથા મોંના તમામ દોષ દૂર થાય છે.

તૈલાભ્યંગ.

શરીરે તેલ ચોળવું તેને તૈલાભ્યંગ કહેવામાં આવે છે. રોગ સવારે ન્હાતી વખત શરીરે તેલનું મર્દન કરવું એ ઘણું જ ફાયદાકારક છે. આરોગ્ય અને આયુષ્યને આપવા વાળી અને બધા વધારવાવાળી નિત્યની ક્રિયાઓમાં “અભ્યંગ” એક મુખ્ય અમત્યની ક્રિયા છે. અભ્યંગથી નીચે પ્રમાણે ફાયદાઓ થાય છે અને થોડા દિવસ કરી જોવાથી તેનો બલિ-અનુભવ થાય છે.

૧. શરીર ઉપરની ચામડી સુંવાળી થાય છે, એટલું જ નહિ, પણ નેથી તળ (ત્વચા) ગરમી, લુખસ, ચામડીની લુખસ, ચેળ, અને એવાં બીજાં ચામડીનાં દરદો થતાં નથી, અને થયેલાં હોય તે મટે છે.

૨. શરીરના સાંધાઓ કુમળા અને મજબુત થાય છે.

૩. રક્ત તથા રક્તના બંધ પડેલા રસ્તાઓ ખુલ્લા થાય છે.

૪. બંધાઇ ગયેલ લોહી છુટું પડી શરીરમાં ફરતું થાય છે.

૫. લોહીમાં મળેલો વાયુ દૂર થઇ ઘણાં એક રોગોનો અટકાવ થાય છે.

૬. જીર્ણ તાવ તથા તળ ગરમીથી તપેલું લોહી ઠંડું પડે છે.

૭. હવામાં ઉડતાં ઝેરી અને ચેપી રોગનાં જંતુઓ પરમાણુઓ બાધ કરી શકતાં નથી, કેમકે તેલ જંતુનાશક છે.

૮. તેલ મર્દનથી કસરતના જોડલો ફાયદો થાય છે—શરીરમાં બળ અને ક્રાંતિ વધે છે તથા પુરુષાતન પ્રાપ્ત થાય છે.

અભ્યંગ માટે ઋતુ તથા શરીરના પ્રકૃતિ પ્રમાણે તેલમાં કેટલાક પદાર્થો નાખા સિદ્ધ કરી વાપરવામાં આવે તો વધારે ફીક, તથાપિ સામાન્ય રીતે તલનું કાચું તેલ સૌને ફાયદો કરે છે. તેલ શરીરે ચોળતાં માથાના વાળમાં પણ નિત્ય ઘસવું. થોડાં ટીપાં કાનમાં પણ નાખવાનો નિયમ રાખવો. આખે શરીરે તેલ ચોળવાનું ન બને તો માથું, કાન, પગની પીંડીઓ અને હાથ પગનાં તળીયાં તે જરૂર નેત્રથી ઘસવાં. હમેશાં ન બને તો અડવાડીયામાં એકત્રાર અને તેમ પણ ન બને તો શિયાળામાં તો જરૂર તેલ ચોળીને ન્હાવું. તેલની ચીકસ કાઢવા માટે શરીર ઉપર ચણાને! આટો અથવા આંખમાંનો ખારીક છુકો ઘસીને પછી ન્હાવું. સાંધુથી ન્હાવાથી પણ એ ચીકસ દૂર થશે. નવો તાવ, અજીર્ણ, રેગ, અને ઉત્તરી વગેરે દરદોમાં અભ્યંગ કરવો નહિ.

વ્યાયામ-કસરત.

શરીરે તેજ યોગીને મર્દન કરવાથી કસરતનો કેટલોક હેતુ પાર પડે છે તોપણ બની શકે તો તનદુસ્ત માણસોએ પોતાની આરોગ્યતા સાચવવા માટે રોજ થોડી થોડી કસરત કરવી. કસરતના પ્રયોગોમાં મુગદ્ગા ફેરવવાં અને હાંડ પીત્તવા એ સારી કસરત છે, અને ચાલવાની કસરત સર્વોત્તમ છે. શરીરનું લોહી ઝડપથી ફરે છે, જેરી તત્ત્વો ઝડપથી બહાર નીકળી જાય છે, શરીરના ગાત્રો પ્રકૃષ્ટિત થાય છે, અવયવો ઘાટદાર થાય છે, શરીરમાં દુરતી આવવાં કામ કરવાની શક્તિ વધે છે, કફ વગેરે દોષ નાશ પામે છે અને જઠરાગ્નિ સારો થાય છે. કસરતથી જેના અવયવો મજબુત થયા હોય તેવા માણસોથી રોગ છોટે રહે છે. શરીરનું સ્થૂળપાણું અને મેદ કસરતથી જેવી સારી રીતે મટે છે તેવી રીતે દવાથી પણ મટી શકતાં નથી. ધી તેજ વગેરે ચરમી વાગાં સ્તિગ્ધ બાજનો કરવા વાળાએ નેક-સરતથી સારો ફાયદો થાય છે. શિયાળાની ઋતુમાં અને વસંત ઋતુમાં કસરત ફાયદો કરે છે. કસરતના સંપર્ધમાં નીચેની સૂચના ધ્યાનમાં રાખવાની છે.

૧. વૃદ્ધ, બાગક, માંદા, અને અશક્ત માણસોએ કસરત કરવી નહિ. શક્તિ અને પ્રકૃતિની અનુકૂળતા પ્રમાણે ખુલા હાથમાં થોડીવાર ફરી આવવું એ તેમને માટે કસરત છે.

૨. જુવાન માણસોએ પણ કસરત માફકસર કરવી. કસરત કરતાં મોટું સુકાવા માંડે અને શરીરે પરસેવા થવા માંડે એટલે કસરત છોડી દેવી.

૩. ખાંસી, શ્વાસ, ક્ષય, રક્તપિત્ત, છાતીનો જખમ, શરીરના કોઈ પણ ભાગનો જખમ અને દુબળાપણું એટલા રોગમાં કસરત કરવી નહિ.

૪. જન્મ્યા પછી કે સ્ત્રી સેવન કર્યા પછી કસરત કરવી નહિ.

૫. બહુ કસરત કરવાથી ખાંસી, તાવ, ઉલટી, ગંઝાની, તૃષ્ણા, ક્ષય, મૂર્છા, શ્વાસ તથા રક્તપિત્ત વગેરે દરદો થઈ આવવાનો સંભવ છે.

—(૦)—

સહેલા ઉપાયોનો સંગ્રહ.

A Collection of Easy Remedies.

(ગયા અંકના પૃષ્ઠ ૧૬૩ નું અનુસંધાન).

કફ—(૧) ગળાના ઉકાળામાં એલેડાંનું ચૂર્ણ નાંખી પીવું. (૨) બોરના પીતુ ચૂર્ણ કરી તે મધમાં ચાટવું. (૩) પીંપળીમૂળ, સુંદ, ચવડ, ચિ-

૪ ત્રક તથા પીપર તેનો કઢો કરી પીવો. (૪) ભારંગી તથા સુંદનું ચૂર્ણ ગરમ પાણીમાં લેવું. (૫) અરકુંશીના પાકેલાં પાનના રસમાં તેની જરાજર મધ મેળવી પીવું. (૬) અગ્રેડના છોડને મૂળ સાથે બાળી-તેની રાખ કરી તેમાંથી ૧ થી ૩ વાલ રાખ મધમાં દેવી. (૭) એ તોલા જીંદીમધનાં લાકડાંને ખાંડી તેને ઉકાળી આ કરવી. તે ચાર તોલા, અરકુંશીનાં પાકેલાં પાનનો રસ, સાંકર, તથા મધ એ દરેક છ છ માસા અને સીંધાલુણ. એ રતી એ સર્વ એકત્ર કરી પીવું. (૮) નવસાર તેમજ ફટકડી એકાદ વાલ આપવાથી કફનું જળ તુટે છે. (૯) ભોરીંગણીના છોડને મૂળ સાથે ખાંડી તેનો ઉકાળો મધમાં પીવો.

કમળો—(૧) કફનું ચૂર્ણ સાકર સાથે મેળવીને ખાવું. (૨) ત્રિકળાનું ચૂર્ણ તથા ગળો આદુના રસમાં કે સુંકના પાણીમાં મેળવી પીવું. (૩) લીમડાંની અંતરછાલનો કાઢો અથવા રસ મધ તથા જરા સુંક નાંખી પીવો. (૪) ઘોળી કુંગળી અને ગોળ એકત્ર વાટી તેમાં થોડી હળદર મેળવી તે ખાવું. (૫) આંબળાં, શોદભરમ, સુંક, મરી, પીપર, હળદર, મધ, ઘી, સાકર, એ સર્વને મેળવીને ચાટવું. (૬) કુંવારનો રસ કાઢી સુધવો. (૭) કડવી ધીસાડીનું ટીપું નાકમાં નાંખવું.

કબજીયત—(૧) હરડે તો. ૫, ધ્રાખ તો ૧૦, તેની ગોળી ૨૦ કરવા- સવારમાં ઉઠતાંજ એક ગોળી ખાધ પાશેર પાણી પીવું (૨) આથમી જીરું અંકક રા. બાર દિવસમાં ત્રણવાર ખાવું.

કટિશૂળ—(કેડનુ શૂળ) (૧) લસણ ખાવું. (૨) પીપરી મૂળના ગંઠોડા ૨ થી ૪ વાલ. (૩) એરંડનાં મૂળનો ઉકાળો સુંક, મરી, પીપર નાંખી પીવો.

કચર—(૧) ફટકડીને ગોળ ખાવો. (૨) ગુગળનો લેપ. (૩) અશેળીયો, આંબાહળદર, સાજીખાર, મેંદાલકડી પાણીમાં વાટી ગરમ કરી લેપ કરવો. (૪) અશેળીયાની રાખ પીવી. (૫) ખાંડી ચોળવો.

કૃમિ—(પેટના જીવડ) (૧) વાવડીંગની ફાફી નાનાં બાળકેને ૧ થી ૨ વાલ, મોટાંને ૩ ૦ બાર (૨) કાંચાં (ભેરવસીંગ) ના કાંટા છરી વડે ખેરી લઈ તે કાંટા દહીમાં અગર દુધ, મધ કે ગોળ ગમે તેમાં મેળવી એક બે દિવસ ચાટવાથી કૃમિ મરી જાય. પછી જીવડાળ લઈ નિકાલ કરવો. (૩) સેન્ટોનાઇન સાકરમાં મેળવી લેવું તે બીજા દિવસ એરંડીયાનો જીવડાળ લેવો. (૪) ઇંદ્રજવ તથા કાંકચીઆ શેકીને ખાવા.

કેડકલાવી—(કટિગ્રહ) (૧) એરકોચલું, અશીણ, મરી સમભાગે મેળવી એક એક રતીભારની ફાફી લેવા. (૨) યોગરાજ ગુગળ ખાવો.

કાનનું શુભ—(૧) લસણના રસને જગ ઉતો કરી તેનું ટીપુ નાંખવું. (૨) સરસીયા તેલનું ટીપુ. (૩) કુંગળીના રસનું ટીપુ કાનમાં પાડવું. (૪) અશીષનું ટીપુ નાંખવું.

કાનનાં તમરાં—(૧) સુંઠ, ગોળ તથા ઘી મેળવીને ખાવાં.

કાનનો આવ—(૧) લીંબડાની લીંબોળીનું તેલ. (૨) સામુના પાણીથી પીચકારી મારીને કાનને નિત્ય ધોવો.

કાકડો વધવો—(૧) ફટકડીના ઢાગળા કરવા.

કોઠ—લીંબડાનાં પાણીથી ધોવાથી ચગ દલકો પડે તે બાળચીને દૂધમાં વાટી લગાવવાથી ડાઘ જાંખા પડે. (૨) ૧ તોલો દરતાવ ૮ તોલા આંખળાં, ૮ તોલા બાળચી. તેને પાણીમાં વાટી લેપ કરવા. (૩) મરળીનાં બી વાટી ચોપડાથી ઘોળા કોઠનાં આઠાં જાંખાં પડે.

કોલેરા—(૧) લસણ, સુંઠ, મરી પીપર, જીરું, સંચળ હીંમ, તેનું ચૂર્ણ. (૨) કુંગળીનો રસ પીવો. તથા શરીરે ઘસવો. (૩) જાવંત્રી ચાનીને ખાવી. (૪) કપુર ઉત્તમ ઉપાય છે. કપુર અગર તેનો અર્ક શરીરે ઘસવો તેમજ પીવો.

ખસ—(૧) લીંબડાના પાણીથી નાવું. (૨) ધંતુરાના ડોડવા ચીંચીને અંદર લાકડીઓ ગંધક, મોરચુથુ તથા હીરાદખણ વાટીને ભરવાં. માથે કપડામટી કરી સુકવીને તે છાણાના આટગમાં બાળાં. પછી તે કાઢી માટી દૂર કરી અંદરનો બજેલો ડોડવા તેલમાં ધુંટી તેનો લેપ કરવા, (૩) આમલસારો ગંધક શુદ્ધ કરી દૂધમાં ખાવો તથા લાકડીઓ ગંધક ચોપડવા. (૪) ગળજીલીનો રસ ત્રણ ચાર દિવસ પીવો.

ખરજીયું—(૧) ખસના ઘણાખરા ઉપાય ખરજીયામાં પણ ચાલે. (૨) લસણ વાટીને તેનો લેપ કરવો. બળતરા થાય પણ બેં આખંખી થાય અને પછી સાદો મલમ લગાવવો. (૩) હીરાદખણ દાખવું.

ખીલ—(આંખના) (૧) મોરચુથુ ૧ રતી બે તોલા પાણીમાં મેળવી તેનાં ટીપાં (૨) મોરચુથુ, ફટકડી તથા સુરોખાર ત્રણે સરખે વજન લઈ એક કામમાં સખી નીચે તાપ આપવાથી તેનો રસ થશે. તે રસમાં ત્રણેના વજનથી ૫૦ મા ભાગ જેટલો કિંચિંત કપુર મેળવવાથી કકણ આય એટલે તેની સળીઓ કરવી. તે સળીઓ આંખની. (૩) આંખમાંથી પાણી બહુ ઝરતું હોય તો બાવળનાં કુમળાં પાનનો રસ કાઢી તેનાં ટીપાં નાંખવાં.

ખીલ—(મેં ઉપરના) (૧) ગુલાબજળમાં ટંકણ મેળવી લેપ કરવા.

ખુદ નીકળવી—(૧) ગોમરાજ ગુગલ લાંબા વખત સુધી ખાવો.

મુંબઈ વરલી દાદરની બાટલીવાળાની કુંઠ અને મુંબઈના
મરીમ લોકો વચ્ચે લખત કરવામાં આવે છે કે કોઈ પણ મરીમ માણસને
કોલેરાની દવા 'બાટલીવાળાની કુંઠ નું કોલેરોલ' છ મહીના સુધી
મફત આપવામાં આવશે અને તે માટે મજદૂર કુંઠએ આ લખત પર
સહી કરી છે. ૧—૭—૨૮

(સાક્ષી)

બાટલીવાળાની કુંઠ

ડૉ. લી. બાટલીવાળા.

પુસ્તક સરદીશીકેટામાંથી એકજ વાંચો.

J. Chavis Esq. Superintendent Water Works
Bombay Municipality:—Lives of my workmen who
were attacked by cholera have been saved by Batli-
wala & Co.'s 'choleraol' Its effect was Marvellous.
There was not a Single Case of failure.

છેક દુર મદરાશથી એક અવાજ !!!

સી. ટ્રિન એસ્કવાયર મીઠાના અમરના માથુ જોશીસર અને હાલ
રાજ વેનગોપાળા બદાદુરના રોકેટરી લખે છે કે મને તાવ તો આવતો
હતો અને બે ડોક્ટરોથી વળ્યું નહીં પણ બાટલીવાળા એન્ડ મિલ્કનર
લેવાથી ગયો છે અને પાછો આવ્યો નથી.

બાટલીવાળા એન્ડ પિલ્સ અથવા મિલ્કનર અને બાટલીવાળા
કુંઠ નું 'કોલેરોલ' દરેક ઠેકાણે વેચાય છે. લી. ૩૧) બે મળવા
અડધળુ પડે તો ૨૦ બાટલીવાળાને વરલી દાદર મુંબઈ લખવું.

અમૃત ઝિન્દુ.

અથવા સુબક-પરમાની દવા.

આ અમૃતઝિન્દુની શીશીને અમૃતનો સંપૂર્ણ કળશ કહેવામાં કાંઈ
પણ અતિથયોક્તિ થતી નથી. એનાથી નવો તેમજ જુનો પરમો, ચો-
ખાના ધોણુ જેવો પેસાળ, પેસાળમાં ધાતુ, પીપ અને લોહીનું વહેવું,
મૂત્ર નળીનો જખમ, પેસાળમાં દાહ, એ સર્વ જડ મૂળથી નીકળી જાય
છે. અજમાતી ખાત્રી કરો કિન્મત શીશીનો ૩-૧. ટપાલ ખર્ચ જુદું.

રાજવૈદ્ય પંડિત કન્હૈયાલાલ

શ્રી શ્રી ગોપાલજીનું મંદિર

નં. ૨૨૦. હૈરીસનરોડ—કલકત્તા.

વૈવ વિધાના વિલાસીઓને માટે એક સારી તક.

રશરીસંસ્કારણના મહત્વને સમજવાવાળા ગૃહસ્થોને વિચારવના કરવાની છે, “શરીર સંસ્કાર” સંબંધી કટલાક એવા તો ઉપયોગી નિબંધો મારી પાસે લખેલા તૈયાર પડેલા છે કે જેની ઘેર ઘેર, અને દરેક નિશાળમાં લ્હાણી થવી જોઈએ. અહીંસોસની માત એ છે કે, નાટકની અને નદારી વાર્તાની ચોપડીઓ નાદાન છોકરાઓ ધરમાંથી પ્રેસા ચોરીને પણ ખરીદી વાંચે છે, ત્યારે જે જ્ઞાન ઉપર તમામ વિદ્યાઓ, શાસ્ત્રો, અને સુખનો પાયો રચાય છે, તેવા આશીર્વાદરૂપ વિષય ઉપર સમગ્ર માણસોનું પણ લક્ષ્ય ખેંચાયું નથી! અને તેથી આ સર્વોત્તમ જ્ઞાન અંધકારમાં પડી રહ્યું છે! તેનાપર અજવાળું પાડવું, એ દરેક સહૃદય અને સ્વદેશ-ભિમાની દેશીભાઈનું કર્તવ્ય છે. હું મારાથી બની શકે તે આ વિષયમાં યત્ન કરું છું, અને અવિવેક તો થશે, પણ મારે હૃદયું પડે છે કે, આ વિષયમાં શુન્દરતી બાપા દ્વારા દાદાએ નથી ક્યો એવા પ્રચલિત નિઃસ્વાર્થ પ્રત્યક્ષ મેં કરવા માંડેલા છે, જેની બુદ્ધ કરનારાઓ દરે છે. પણ આ હેતુ વધારે સારી રીતે પાર પડે, તેને માટે મારા નચેના સંદર્ભ તરફ અર્થ સમગ્ર સહૃદયોનું ધ્યાન ખેંચવાની રજા લઉં છું:—

મારા લખેલા નિબંધો છપાવી પ્રસિદ્ધ કરવા માટે માત્ર છપામણી ખર્ચ માટે રૂ. ૫૦) આપે તેમને તેમાંનો એક નિબંધ અર્પણ કરવો, એટલુંજ નહિ પણ આ યત્ન કરવાનો જે હેતુ છે તે હેતુ સારી રીતે પાર પડે તે માટે પોતાની નાત જાતમાં અથવા ઈચ્છા પ્રતિ લ્હાણી કરવા માટે તેની ૫૦૦) પ્રતો તેમને કિમત લીધા વિના આપવી. આ દરેક નિબંધ રૌચ્ય બીજી પૈથ લગભગ ૧૫૦ પૃષ્ઠાનો છે.

નમુના તરીકે થોડા એક નિબંધો નીચે આપ્યા છે:—

આરોગ્ય રહેવાના ઉપાય ૦-૨-૦	આરોગ્યતાના ૧૦૮ નિયમો... ૦-૨-૦
અભિચય..... ૦-૨-૦	સ્ત્રી-ઉપચાર..... ૦-૨-૦
પાળકાન્ત..... ૦-૨-૦	ગર્ભધાન..... ૦-૨-૦
સંતતિશીરીતે ઉત્પન્ન કરવી. ૦-૨-૦	આહાર..... ૦-૨-૦
ઋતુચર્યા..... ૦-૨-૦	વિદ્યાર..... ૦-૨-૦
બાળોપચાર..... ૦-૨-૦	વાર્ષિકક્ષા..... ૦-૨-૦
માતાઓને સલાહ..... ૦-૨-૦	

આમાના અતુકમે પ્રહેલા ત્રણ છપાયા છે અને ચોથો આ ચોપા-નિયામાં શરૂ થયો છે. આશા છે કે, આ લેખોની કિમ્મત સમજનારા ગૃહસ્થો આ યત્નમાં બનતી મદદ આપશે કે અપાવશે.

તાંત્રી-“વૈવકલ્પતક”

વૈદ્યકદ્વપતર.

વૈદ્યક સંબંધી ઉપયોગી વિષયો અરચનાર
માસિક પત્ર.

A MONTHLY MEDICAL ADVISER.

પુસ્તક ૪ થું. ડીસેમ્બર સને ૧૮૯૮. અંક ૧૨ મા.

તંત્રી

વૈદ્ય જટાશંકર લીલાધર ત્રિવેદી

ગૂજરાત આર્ય ઔષધશાળા

અમદાવાદ.

વિષયાનુક્રમ.

વિષય.	વિષય.	પૃ.નં.
કાનના પરોક્ષ ગમન અંગના	શરીરમાં ચાલતી ક્રીપાઓ	૧૯૩
કાંડ તિરક ૧૮૫	ચા. ૨૦૧	
સાંશિર ઝકતુ ૧૮૭	કાશી. ૨૦૩	
સિંધિઝ ઝકતુ મા સંવચાનાક	ચા તથા કાશી પીવાના નિયમો	૨૦૪
ઔષધો..... ૧૯૦	સામાન્ય પર્યાપચ્ય આહાર	
દિનચર્યા..... ૧૯૩	વીદ્યાગ્રા..... ૨૦૫	

અમદ.વાદ—“પ્રજાપંથુ” પ્રોન્ટીંગ પ્રેસમાં મુદ્રાકિત કર્યું.

વાર્ષિક મૂલ્ય

પોસ્ટેજ સાથે રૂ. ૧૧ અગાઉથી. પાછળથી રૂ. ૧૧૧.

(સર્વ હક સ્વાધિન.)

આવતું વર્ષ.

જાનેવારી ૧૮૬૮ થી આ ચોપાનિયાનું પાંચમું વર્ષ શરૂ થયું છે. જાનેવારીનો આંક છપાય છે તે સી પછી ચોડાજી દિવસમાં સ્થાના થશે. પાંચમા વર્ષથી આ ચોપાનિયાના સંબંધમાં કેટલોક સુધારો થશે અને “સારી સંતતિ શી રીતે ઉત્પન્ન કરવી” એ નિબંધ જાનેવારીમાં પૂર્ણ થયા પછી ફેબ્રુઆરીના અંકથી “વાણીકરણ કલ્પતરૂ” એ નામનો એક અતિ ઉપયોગી નિબંધ શરૂ થશે, જેની અંદર સ્ત્રી પુરુષોનાં ગુણ દરેકના ઉપાયો, સંતતિ એટલે સંતાનો ન થવાનાં કારણો તથા તેના ઉપાયો, અને સ્ત્રીઓ તથા પુરુષોમાં, આરોગ્યતા, બળ, તથા રતિ સુખ પ્રાપ્ત થાય એવા ઉત્તમ પ્રયોજો અને ઉપાયો દાખલ કરવામાં આવશે.

આ પત્રનું લવાજમ.

વળાખરા આહકો તરફથી વસુલ થયું છે. હવેજે થોડા એક આહકોનું લવાજમ બાકી છે તેમણે આ હેતુ આંક બળનાં તરત પહોંચતું કરવાની મહેત્યાની કરવી. આ ચોપાનિયાનું લવાજમ અગાઉથી લેવાનો હ-વ છે, તે છતાં અમારા જાન્યુના આહકોનો અમોને પૂર્ણ વિશ્વાસ હોવાથી અમોને ખાત્રી છે કે તેમાંના જે જુજ આહકો તરફથી લવાજમ નથી આવેલું તેઓ હવે વર્ષ પૂર્ણ થતાં મોકલી દેશે, એટલુંજ નહિ પણ આ ચોપાનિ-યુ દિનપ્રતિદિન વૃદ્ધિ પામી તેમની વિશેષ સારી રીતે સેવા બજાવવાને શક્તિ-વાન થાય એમ કરવા સારૂ આ ઉપયોગી ચોપાનિયા માટે પોતાના મિત્ર-મંડળમાં બલામણુ કરતા રહેશે. ખુશી થવા જેવું એ છે કે, જેઓ એક-વાર આ ચોપાનિયાના આહક થઇ અનુભવ લે છે તેઓ હમેશાં આ ચો-પાનિયાની સંપૂર્ણ આહના કરે છે.

વૈદ્યકલ્પતર.

પુસ્તક ૪ થું.

દીસમ્બર. સને ૧૮૯૮.

અંક ૧૨ મા.

કરુણાપરલોકગમન.

અથવા

ઝંડુ ત્રિરહ.

(ગયા અંકનું અનુસંધાન)

હરિગીત

પોતા તણું કે પાત્રું, જેણે જરા જાણ્યું નહીં;
દુખ મળું તાજ્યે ગયા ખીજું કિરે આપ્યું નહીં;
દદ બહુ હતા પરમાર્થમાં અગમા રહેતા આશયી.
થાશે થયા છે થાય નર, પણ ઝંડુ સમ થાવા નથી. ૧૮
“છે મમ સદન વનુધા ગમી, કલ્યાણ હું તેનું કરું;
સંતોષ પામે સર્વ જન, તો જન્મનું સાર્થક ખરું.”
નિશ્ચય હતો આ પ્રથમથી, પ્રગે કર્યો તે પ્રાતથી;
થાશે થયા છે થાય નર, પણ ઝંડુ સમ થાવા નથી. ૧૯
હં અભિમય અભાંડ આ, વેદાંતિયો વદતા ફરે;
ત્યમ થિયોસોગી બ્રાતૃભાવ તણા પ્રભોધ કર્યો કરે;
બોલે ઘણા પણ પાળનારા, કાક દેખું નેત્રથી;
થાશે થયા છે થાય નર, પણ ઝંડુ સમ થાવા નથી. ૨૦
સત્કર્મનું ફળ શ્રેષ્ઠ છે, દુઃકર્મનું દુષ્કાર છે;
સત્કર્મ પણ થવું કહિણુ, વદનારનો ક્યાં પાર છે !
સત્કર્મના કરનાર તો અંકજ હતા આ આપથી;
થાશે થયા છે થાય નર, પણ ઝંડુ સમ થાવા નથી. ૨૧

વેદાંતિ એ સાચા હતા, એ થિયોસોફીએ દતા;
 જાણ્યા છતાં નથી પાળતા, જાણ્યા વિના એ પાળતા;
 સૌ ધર્મના સિદ્ધાન્ત એ તો, સદ્ગુણ કરતા સ્નેહથી;
 થાશે થયા છે થાય નર, પણ જંદુ સમ થાવા નથી, ૨૨
 કોઈ કહે બટ આંખ મીંચી કેમ આ ધન વાવરો !
 પાછો વખત મળશે નહીં, હિત ધર તણું હૈડે ધરો !
 બટજી કહે “આ જગતને હું ધર ગણું છું માનથી;”
 થાશે થયા છે થાય નર, પણ જંદુ સમ થાવા નથી. ૨૩
 “હિત અહિત જાણે જગપિતા, એને રૂએ ને એ કરે !
 પણ જે ઠરાવો મેં કર્યા, તે ફેરવ્યા કદિ ના ફરે !
 બીજી ન જાણું વાત મારે, કામ છે કર્તવ્યથી;”
 થાશે થયા છે થાય નર, પણ જંદુ સમ થાવા નથી. ૨૪
 “કલ્યાણનો કરનાર જ્યારે, તુચ્છતાને પામશે !
 પ્રભુ વચનમાં શ્રદ્ધા કહો, ત્યારે પછી કોની થશે !”
 મુખ બંધ કરતા આમ એ, ગીતા તણા * સદ્વાચ્યથી;
 થાશે થયા છે થાય નર, પણ જંદુ સમ થાવા નથી.
 ઉદ્યોગ તો બહુએ કરે, ઉદ્યોગ આ જુદો હતો !
 આ પુરૂષના ઉદ્યોગમાં, જીવિત તણો મુદ્દો હતો !
 કોને જઈ આ મર્મ કહિયે ? સાંભળે કવણ કાનથી ? !
 થાશે થયા છે થાય નર, પણ જંદુ સમ થાવા નથી. ૨૬
 * વિઠ્ઠલ ગૃહે અવતાર કોમ્લ, યોગબ્રહ્મ તણો ગણું;
 આગ્યા હતા અધ્યાસ બળથી શ્રેય કરવા આપણું;
 એને ન પૂરા આગળ્યા, થઈ બૂલ કેવી આર્યથી ! ?
 થાશે થયા છે થાય નર, પણ જંદુ સમ થાવા નથી. ૨૭
 અપૂર્ણ.

* પાર્થ નૈવેદ્ય નામુલ્લ વિનાશસ્તસ્યવિદ્યતે
 નહિ કલ્યાણકૃત્કશ્ચિ દુર્ગતિં તાત ગચ્છતિ ॥

* વિઠ્ઠલભટ્ટ-જંદુભટ્ટજીના પિતા.

શિશિર ઋતુ.

The Seasons of Shishir.

ગયાં ત્રણ વર્ષમાં જેમ ખીજ બધી ઋતુઓના નિયમો તે તે ઋતુમાં પ્રગટ થયેલા અંકમાં સમયાનુસાર બતાવેલા છે, તેમ શિશિરનો સ્વભાવ તથા તેમાં પાળવાના નિયમો અને ખાનપાન વિષેનું વિવેચન પણ કરવામાં આવેલું છે, જે સુચ વાંચનારાઓના સ્મરણમાં હશે. અત્રે એનું એ વિવેચન ફરીને આપી શિશિર ઋતુનો કેવો પ્રભાવ છે તે વાત અમો અમારા વાંચનારાઓના મનમાં દ્રઢ કરવા માગીએ છીએ. વાયકવર્ગના અંતઃકરણમાં સ્મરણ રહેવા માટે અને દઢ કરવા માટે કેટલીક અતિ અગત્યની અને મહત્વની વાતોનું કથન વારંવાર કરવાની જરૂર પડે છે, અને એ પુનરુક્તિ બૂલથી નહિ પણ વાંચનારી પ્રજાના લાભ અર્થે જાણી જોઈને થતી હોવાથી વાયકવર્ગ એ છુટને માટે ક્ષમા કરશે એવી આશા રાખવામાં આવે છે.

મહાન્મુનિઓ અને વિદ્વાનોના મુખથી વારંવાર કહેવાય ગયું છે કે જગતમાં સર્વ પ્રકારનાં સુખ, સમૃદ્ધિ, વૈભવ, અને દંકમાં ચતુર્વર્ગ (ધર્મ, અર્થ, કામ, મોક્ષ) ની પ્રાપ્તિ કરવામાં “શારીરિક ઉન્નતિ” એજ પ્રથમ અને મુખ્ય સાધન છે. “શારીરિક ઉન્નતિ” જેમ ખાનપાનના નિયમોથી પ્રાપ્ત થાય છે, તેમ બળવાન પ્રજાને ઉત્પન્ન કરવાના નિયમો જાણવાથી તેમજ પાળવાથી પણ થાય છે. આપણા ધર્મશાસ્ત્રોની આજ્ઞાઓનો મુખ્ય તાત્પર્ય બળવાન અને મુદ્ધિશાળી પ્રજા ઉત્પન્ન કરવાનો હોય એમ ખુબ વિચાર કરતાં સમજાય છે, કેમકે કિપર કહેલાં ચારે પુરુષો બળવાન એટલે પુરુષાર્થી પુરુષોવના પ્રાપ્ત થઈ શકતાં નથી. વારંવાર પુરુષાર્થી પ્રજાને ઉત્પન્ન કરવી એમાંજ સર્વ વિદ્યાઓ અને વિચારોનો સમાવેશ થઈ જાય છે. જો એવા પુરુષાર્થી પ્રજા પાડે તો મુદ્ધિ, બલ, વિદ્યા, લક્ષ્મી, સુખ અને વૈભવ એ સર્વ વસ્તુઓ સદજ પ્રાપ્ત થઈ શકે.

હવે આવી બળવાન પ્રજાને શી રીતે ઉત્પન્ન કરવી અત્રે તેને માટે આપણા ડહા વિદ્વાનોએ શું શું વિચારો કરેલા છે અને જણાવેલા છે તેનો જ્યારે આપણે વિચાર કરીએ છીએ ત્યારે ધણીએક અગત્યની વાતોમાં આ ઋતુની સાથે સંબંધ રાખનારી એકાદ અત્યંત મહત્વની વાત આપણે

આપણા અંતઃકરણમાં ડગી આવે છે.

જેમ સંગીત અને સુશોભિત વસ્તુઓ નીપજવવા માટે માણસો યુદ્ધિ દોડાવેછે અને તેનાં ઉત્તમ સાધનો મેળવવા માટે મથન કરે છે, તેમ નિરોગી, સુંદર અને સુદૃઢ પ્રજા (સંતાનો) કેવી રીતે ઉત્પન્ન થઈ શકે તેને માટે પ્રાચીન વિદ્વાનોએ બહુ બહુ વિચારો કરેલા છે, અને આધુનિક વિદેશી વિદ્વાનો પણ તે વિષે વિચારો દોડાવવામાં પાછળ પડેલા નથી. તથાપિ અજ્ઞાન ભોક્ષાને તો આશ્ચર્ય થશે કે નિરોગી અને રૂપાળાં સંતાનો ઉત્પન્ન કરવાં એ તે વળી માખાપોની ઇચ્છા પ્રમાણે થતાં હશે કે? અજ્ઞાન ભોક્ષાના મનમાં આવો પ્રશ્ન થાય એ સ્વાભાવિક છે, કેમકે એ ભોક્ષા આવા વિષયથી વિમુખ થયાછે, અને કેવળ પશુવૃત્તિથી પોતાનો સંસાર ચલાવે છે!

સારી પ્રજા ઉત્પન્ન કરવી એ વાત માખાપોનાજ હાથમાં છે. પણ જ્યાં સુધી માખાપો આ વિષયથી અજ્ઞાન છે ત્યાં સુધી તેમના હાથથી સુધારણા થવાની કાંઈ આશા રાખવી એ મિથ્યા છે. સારી પ્રજા ઉત્પન્ન થવાનો મુખ્ય પાયો સ્ત્રી પુરુષોનું બીજ છે. એ બીજ જો પરિપક્વ અને શુદ્ધ હોય તો તેનાથી સારી પ્રજા ઉત્પન્ન થાય અને જો તે બીજ અપૂર્ણ અને અશુદ્ધ હોયતો તેનાથી જે પ્રજા થાય તે અપૂર્ણ, અશક્ત અને રોગી હોવી જાહેર છે.

બીજથા ઉત્પન્ન થતાં સર્વ પ્રાણી પદાર્થોને વાસ્તે સામાન્ય નિયમો તો સરખાતે હોય છે, તે એ કે, સડેલા અથવા કાચા બીજમાંથી જે પાક થાય છે તે અદ્વિપાકુથી અને નિષ્ફળ જાય છે. જેકાજો જે બી પરિપક્વ થાય તે કાળ આવ્યા વિના અકાળે તે બીનો ઉપયોગ થાય તો ઘણું કરીને તેમાંથી રક્ષ થાય નહિ, થાય તો ફલદ્રુપ થાય નહિ, અને કદિ ફળે તો તેનાં ફળ કદિ પણ સ્વાદિષ્ટ થઈ શકે નહિ, એજ નિયમ પ્રાણી માત્રને લાગુ પડી શકે છે.

હવે પ્રજા ઉત્પન્ન કરવામાં બીજ (વીર્ય) કેવા પ્રકારનું જોઈએ અને તે કેવી રીતે તેનું રોપણ થવું જોઈએ, એ પણ અવસ્ય જાણવા જેવો વિષય છે. ઠંડી પ્રકૃતિ, ટંડી ઋતુ, અને ઠંડા દેશનું બીજપ્રજા ઉત્પન્ન કરવામાં શ્રેષ્ઠ છે, એવું વૈદ્યવિદ્યામાં કુશળ વિદ્વાનો કહેછે, એટલુંજ નહિ પણ પ્રત્યક્ષ દૃષ્ટાંતથી પણ એ વાત સિદ્ધ થાય છે. ઠંડી અનેશાંત પ્રકૃતિના પુરુષોના સંતાનો બહુધા બલવાન અને શરીરે સુદૃઢ જોવામાં આવશેજ અને ગરમ તથા વાતલ પ્રકૃતિનાં માખાપોનાં બાળકો શરીરથી દુર્બલ અને મનથી અદૃઢ હોય છે. એજ પ્રમાણે ઠંડા દેશોનાં મનુષ્યો શારીરિક અને માનસિક

અક્ષ તથા બુદ્ધિમાં વિશેષ અક્ષવાન્ જોવામાં આવે છે અને ગરમ દેશના લોકોની સ્થિતિ એવી ઉક્ષીર જોઈએ છીએ. આ વાતના પુરાવામાં હંમેશા દેશના અગ્રજોનો દાખલો દૃષ્ટિ આગળ છે.

ઉપર જણાવ્યા પ્રમાણે શીત પ્રકૃતિ, શીત કાળ અને શીતળ દેશના લોકોનું બીજ વધારે પરિપક્વ અને વધારે દૃઢ હોય છે, પરંતુ આ ગુણમાંથી ત્રીજા પ્રકારની અનુકૂળતા આપણને ક્ષત્રિ જોઈએ એવા પ્રમાણમાં આપી નથી. એટલે આપણા દેશનાં લોકો પાણી જેમ બહુજ ગરમ નથી, તેમ તે જોઈએ એવાં શીતળ પણ નથી. બાકીની બે વસ્તુ આપણને યત્ન સાધ્ય છે; અર્થાત્ આપણી પ્રકૃતિને શીતળ એટલે સવ શુભવાળી કરવી એ જેમ આપણા સ્વાધીનની વાત છે, તેમ બીજરોપણ એટલે ગર્ભ ધારણ માટે શીતકાળને પસંદ કરવો, એ પણ આપણાજ સ્વાધીનમાં છે.

ગર્ભાધાન માટે સર્વથી શ્રેષ્ઠ કાળ શિશિર ઋતુ એટલે પેષ તથા મહા માસ છે, અને સર્વથી નફારો કાળ ગીષ્મ ઋતુનો એટલે વૈશાખ તથા જ્યેષ્ઠ માસનો છે. બાકીની ઋતુઓમાં શરદ, વર્ષા, વસંત અને હેમંત એ ચાર ઋતુઓ અનુક્રમે ઉત્તરોત્તર સારી છે. માટે સારા સારા સંતાનો ઉત્પન્ન કરવાની ઇચ્છા રાખનારાં માતાપોએ ગર્ભાધાન માટે અથવા વધારે સ્પષ્ટ સંજોગમાં બોલીએ તો સ્ત્રીસંગ માટે ગીષ્મ એટલે ઉજ્જવ કાળનો છે-કજ ત્યાગ કરવો અને હેમંત તથા શિશિર ઋતુઓ બીજ બધી ઋતુઓ કરતાં વધારે અનુકૂળતા બરેલી ગણવી.

વસંત ઋતુ શિશિર ઋતુના પછી તરત આવે છે તેથી એ ઋતુમાં વીર્ય દૃઢ હોય છે અને ગમ્भी પણ બહુ પડતી નથી. માટે વસંત ઋતુમાં ગર્ભ રહે છે તે શિશિર ઋતુના ગર્ભ કરતાં ઉતરો પણ બીજ ઋતુઓને મુકાબલે વધારે સારો ગર્ભ રહે છે. વર્ષા ઋતુ દૃઢ છે, તાપણ તે ઋતુમાં વાયનું વિશેષ બળ હોવાથી તે ઋતુમાં જે ગર્ભ રહે છે તે વાયુ પ્રકૃતિવાળો થાય છે અને વાયુ પ્રકૃતિવાળાં મનુષ્યો ઘણું કંઈને અસ્થ બુદ્ધિવાળાં અને અલ્પાયુષી હોય છે. શરદ ઋતુ ગેગી છે, તોપણ સ્ત્રીસંગ માટે ગીષ્મ કરતાં સારી છે, કેમકે ગીષ્મ ઋતુના પ્રચંડ તાપને ધીરે પુરોનાં વીર્ય ઉકળી પાતળાં વીર્યથી રહેતો ગર્ભ નિર્બળ રહે એમાં શું આશ્ચર્ય !

(૧૯૦)

શિશિર ઋતુમા સેવવા લાયક ઔષધો.

Tonics for the Winter Season.

શિયાળામાં કેવો ખોરાક લેવો એ વાતનું કાંઈક વિસ્તારવાળું વિવેચન ગયા વર્ષના શિયાળામાં કરવામાં આવેલું છે, એટલુંજ નહિ પણ કેટલાક પૌષ્ટિક પાક બનાવવાની કૃતિ પણ બનાવવામાં આવેલી છે. આ ઋતુમાં જરૂરમિ પ્રબળ હોવાથી પૌષ્ટિક ખોરાક જલદી પચી શકે છે અને એવા પૌષ્ટિક ખોરાકથી વીર્ય દૃઢ થાય છે. વાસ્તે આ ઋતુમાં કાંઈ પણ સારો ખોરાક કે સારી દવા ખાવામાં આવે છે તેનો કસ શરીરમાં રહે છે અને તે કસ (બળ) ના પ્રમાણમાં આખા વર્ષ સુધી શરીરમાં રહે છે. શિયાળામાં કેટલાક લોકોને વસાણું ખાવાની ટેવ પડેલી હોય છે. કેટલાક લસણ ખાય છે, કેટલાક મેથી ખાય છે અને કેટલાક લોકો બીજા પૌષ્ટિકપાક કરીને ખાય છે. અને જે વર્ષમાં તેઓ નથી ખાતા તે વર્ષમાં તેમનું શરીર નિર્બળ રહે છે, એવી તેઓ ક્ષરિયાદ કંતા જણાય છે અને એ વાત ખરી પણ છે. માટે આ ઋતુમાં સર્વ લોકોએ યથાશક્તિ સારો ખોરાક અને સારી દવાનું સેવન કરવું એ ધાણુંજ ફાયદાકારક છે.

આ ઋતુમાં સેવવા લાયક ઔષધના બે પ્રકાર છે; ધાતુ અને કાષ્ઠ. ધાતુ પણ બે યથાવિધ પદાર્થો સિદ્ધ કરી હોય તો તે ઉત્તમ બળને આપે છે, પણ સારા વૈદ્યો સિવાય બીજા લોકો પાસે એ દવાઓ સારી મળી શકતી નથી. કાષ્ઠ ઔષધોમાં એટલો બધો બળ નથી આ બે પ્રકારના દ્રવ્યોમાં પણ કેટલાકમાં રોગ મટાડવાનો મુખ્ય ગુણ હોય છે અને કેટલાક દ્રવ્યોમાં બળ આપવાનો મુખ્ય સ્વભાવ હોય છે. આમાંથી બીજા પ્રકારનાં દ્રવ્યો ખાસ કરીને આ ઋતુમાં સેવવાં જોઈએ. તેમાં પણ કેટલાંક રસાયણ ગુણવત્તાનાં છે તે કેટલાંક વાજકરણ હોય છે. વ્યાધિનો નાશ કરી બળ બુદ્ધિને આપે એવાં ઔષધો “રસાન” કહેવાય છે, અને જે ઔષધો સારાં સંતાન ઉત્પન્ન કરી વંશનો વિસ્તાર કરવામાં મદદગાર થાય છે તથા જેના સેવનથી સ્ત્રીઓ પ્રત્યે અત્યંત પ્રીતિ અને હર્ષ ઉત્પન્ન થઈ સ્ત્રી સે-

વનની ઇચ્છા થાય એટલુજ નહિ પણ જેનાથી વીર્ય બંધાર્થ ને દૃઢ તથા ટકાવ થાય છે. એવાં ઔષધોને વાજકરણ કહે છે. આ પ્રકારનાં ધણાં ખરાં ઔષધોમાં “ રસાયન ” અને “ વાજકરણ ” બન્ને સ્વભાવ હોય છે, અને તેથી તે બન્ને પ્રકારના ઔષધો પુરુષાતનની ઇચ્છા રાખનાર મંદ પુરુષેઓ અવશ્ય સેવવાં બંનેઓ અને તે સેવવાને માટે શિયાળો અને તેમાં પણ વિશેષે કરીને પોષ તથા મદા માસ વિશેષ અનુકુળ સમય છે-

અત્રે વૈદ્યક ગ્રંથોના આધારથી એવાં કેટલાંક ઔષધોના પ્રયોગો ઉતારવામાં આવેલા છે, તેમાંથી દ્રાઘ દ્રાઘ પ્રયોગ જેમને અજમાવવાની ઇચ્છા થાય તેમણે નિર્ભયપણે અજમાવીને તેનો અનુભવ તેમજ ગુણ લેવો, અને એવાજ ઉદ્દેશથી આ પ્રયોગો અત્રે લખવામાં આવેલા છે.

૧. સુંદરવન, પ્રકૃલિત ફુલવાડી, લિપ્તમ આહાર, નાના પ્રકારની ગમ્મતો, મનોહર ગીત, બાત્રા સ્ત્રી, બાત્રા બાત્રાનાં ભોજન, સુંદર સ્પર્શ સુખ, મધુર વચનો, ચંદ્ર સુક્ત રાત્રી, સુંદર તાંબુલ (પાન) સુંદર પુષ્પના હાર, મનોહર કથા શ્રવણ, મનોહર સુગંધ, મનોહર રૂપ, નવીન ધો, અને ગાયનું દૂધ એ દરેક પદાર્થ વાજકર રૂપ છે, માટે એ વસ્તુઓ પ્રાપ્ત કરવા દરેક પુરુષે યતનવાન રહેવું.

૨. જવ, ઘઉં, શાકના ચોખ્ખા, પીપર, તથા અડદ એ દરેક વસ્તુ સરખે વજન લઈ તેનો આટા બનાવવા અને તે આટાની પુરીઓ ગાયના ધીમાં તળીને સાકર મેળવતા ગાયના દૂધમાં ખાવી.

૩. વિદારીકંદ (જેને લોદા ભોંકાળું કહે છે તે) પીપર, શાકના ચોખ્ખા, એખરો તથા કૈંચાં એ પ્રત્યેકનું ચૂર્ણ સોલ સોલ તોલા, મધ સોલ તોલા, સાકર બેસં તોલા અને નવું ધી બીજીશ તોલા એ સર્વો આથો કરી રાખી તેમાંથી નિત્ય સવારમાં એક એક તોલો ખાવું.

૪. જેહીમધના બારીક ચૂર્ણને ધી તથા મધની સાથે ચારી માથે ગાયનું દૂધ પીવું.

૫. કૈંચાનાં બી તથા એખરો તેનું ચૂર્ણ કરી તેમાં સાકર મેળવી ગાયના શેડકદા દૂધ સાથે પીવું.

૬. શતાવરી તથા નરગજનાં બીનું ચૂર્ણ દૂધ તથા સાકરની સાથે પીવું. અથવા એ... શી... નું ચૂર્ણ પીવું.

૭. કૈંચાનાં બી તથા અડદ એની રાખડી કરીને પીવી.

૮. શતાવરી, જેખર, કૈંચાં, એખરો, અતિગજા વગેરે પૅંદિક વ-

સ્તુત્તોનાં સમભાગ ચૂર્ણ દુધની સાથે પીવું અથવા તેનો પાક કરીને ખાવો.

૯. વરધારો અને આમંથ એ બેનું ચૂર્ણ ચાલીય ચાલીસતોડા ઘોના રીઠા પાત્રમાં રાખી મુકવું અને તેમાંથી નિત્ય રાત્રે એક એક તોડો ગાયના દુધની સાથે પીવું.

૧૦. આંબળાં, ગોખર, તથા ગળોસત્ત એ ત્રણને ખારીક કરી ધી સાકર સાથે મેગવી તેનું સેવન કરે તો વૃદ્ધ પણુ તરૂણુ સરખો બની જાય.

૧૧. એક તોડો ગોખરનું ચૂર્ણ, તેમાં મધ મેગવીને બકરીના દુધમાં નિત્ય પીવું. એવી રીતે લગોલગ બે માસ સુધી પીવામાં આવે તો હાથ વતી વીંચે પાડી નાખવાની ટેવ અથવા સ્ત્રીષ્ટ વિરૂદ્ધ મૈથુન કરવાની ટેવથી અથવા મૈથુન કરતા કરતાં નીંચેને રોકી દેવાથી અને એવાં એવાં કારણોથી પુરૂષના નપુંસક પાણું આવે છે, તે નપુંસક પાણું પણ ઉપલી દવાના સેવનથી દુર થાય છે.

૧૨. ગાયનું ધી, સાકર, ગોખરનું ચૂર્ણ તથા મધ એ ચારેને સરખે વજનને મેલવી તેમાંથી નિત્ય બે રૂપીઆભાર ગાયના દુધની સાથે પીવાથી વીંચે વધે છે. એ વાત નિશ્ચય સમજવા.

૧૩. શતાવરીને દુધમાં કિકાળી સાકર મેલવીને જે પુરૂષ પીએ તે સ્ત્રી સભોગમાં શિથિલ નહિ બને.

૧૪. વાનનીવરી- ૬૪ તોડા કૈયાનાં બીજ, તેને ચારગણા દુધમાં ધીમા તપથી કિકાળાં દૂધ ઘાડું થાય ત્યારે તે બીજને કાઢી લઈને તેની ઊપલા છાલ કિતારી નાખવી અને પછી ખરલમાં અથવા ખાંડણીયામાં ખાંડી નાખી ચાર ચાર, તોડાની ગોળીઓ કરવી. તે ગોળીઓને ગાયના ધીમાં તળાવી, પછી તે ગોલીઓથી બમણા વજનથી સાકરની ચાસણી કરી તેમાં તે ગોલીઓને ગલેરી દેવા, પછી તેને મધમાં નાંખી દેવી. આ પ્રમાણે તૈયાર કરેલી કૈયાની લડુડીઓ સવાર સાંજ અરધો અરધો તોડો ખાવાથી જે પુરૂષનું નિર્ય જલદી પડતું હોય અથવા શિથિલતા પ્રાપ્ત થઇ હોય તે ફરી બહુ નીર્ય અને દલતાને પ્રાપ્ત થાય છે.

૧૫. કમવર્દન ચૂર્ણ— મવંત્રી, જયફળ, સફેદચંદન, કેસર, પીપર, અક્કલગરો. સુંડ અને લરાંગ, એ સર્વ સમભાગ તેનું ચૂર્ણ કરવું અને એ સર્વના ચૂર્ણથી અરધા વજનને ચોખ્ખું અરીણુ મેળવવું, એ ચૂર્ણમાંની અરધી ગ્લી, એક રતી અથવા શક્તિ મુજબ રાત્રે મધની સાથે ચાટવામાં આવેતો ચૂર્ણ સંપૂર્ણ થાય અને કામની સંપૂર્ણ ઇચ્છા થાય.

૧૬. વીર્યસ્તંભા—૧ તોણો કેસર, ૧ તોણો ચીરીચુ, ૨ તોણા જા-
યફળ, ૨ તોણા મરી, ૨ તોણા જાત્રી, ૫ તોણા લવંગ, ૧૦ તોણો કસ્તુરી
તે સર્વનું બારીક ચૂર્ણ કરી મધમાં એક એક રતીની ગેળીઓ બનાવી
અને તેમાંથી એક એક ગોળી રાત્રે ખાવી.

કામેશ્વર મોદક—આંબળાં, સીંધાલુગુ, કકુ, કાયફળ, પીપર, સુંદ, જો-
રાસાની અજમા, અજમોદ, જેહીમધ, સફેદજીરું, શાદાજીરું, ધાણા, કપૂર-
કાયલી, કાકડાશીંગી, વજ, નાગકેસર તાલીસપત્ર, એલચી અને મરી એ
દરેક એક એક તોણો લઈને તેનું જુદુ જુદુ ચૂર્ણ કરવું, તથા બીજ સ-
હિત બાંગના પાંદડાંને શેકીને તેનું ચૂર્ણ કરી તેમાંથી ઉપરની ૨૧ વસ્તુની
બનાબર એટલે ૨૧ તોણા ચૂર્ણ લેવું. એ બધાથી બમણી એટલે ૮૪
તોણા સાકર લેવી. તથા તેમાં લાડુ વળી શકે એટલું મધ તથા ધી મે-
ળવી તેના લાડુ કરવા, એટલે ૦ થી ૦૧ તોણાની ગોળીઓ વાળી પોતા-
ની શક્તિ જોઈ તપાસી તેમાંથી એક એક કે અરધો લાડુ ખાવો.
માથે દૂધ તથા ધીનું સેવન રાખવું. આ લાડુમાં બાંગ આવે છે તેથી
ખાવામાં તેના પ્રમાણનો વિચાર કરવો અને કઠી વધારે ખવાઈ જાયતો
ધી પીવાથી તેના અસર ઉતરો જાય છે.

૧૮ ચંદ્રોદય રસ, મન્મથાબ્રસ, મકરંધજ્વરસ, હરગૌરીરસ એ
બગેરે ઉત્તમ રસો શ્રીમંત લોકોએ સરા વૈદ્યાની સલાહ લઈ સેવવા જોઈ-
એ; કેમકે એ ઔષધો ઉત્તમ બળ, પુરુષાતન અને પરાક્રમને આપવા-
વાળાં છે.

દિનચર્યા.

Daily Observance of Sanitary Rules.

ગયા અંકના પૃષ્ઠ ૧૮૨ નું માંધણ.

સ્નાન.

ન્દાવાનો હેતુ સમજીને, ન્દાવાની રીતે ન્દાવું જોઈએ. સ્નાનમાં ધ-
ર્મ માનનારા લોકો વારંવાર ન્દાય છે, પણ જે રીતે ન્દાવું જોઈએ તે
રીતે એકવાર પણ ન્દાતા નથી. સ્નાન કરવામાં જે ધર્મ છે તે પવિત્રતાનો
છે. અને સારી રીતે ન્દાયા વિના શરીર પવિત્ર કે શુદ્ધ થતું નથી. આ-
પણા લોકો ન્દાવામાં ગરમ પાણી, મદ્ય મગત પાણી, સાબુ વગેરેનો

જેટલાં લાભ કરે છે તેથી સેંકડો ગણી હાનિ—(શરીરની અને પૈસાની) શરીરે મેલાધેલા રહેવાથી થતા ચામડીના અને બીજા રોગોથી તેમને સહન કરવી પડે છે. તનદુરસ્ત માણસોએ ન્હાનાં બાળકોથી મોટાં સૌએ નિત્ય એકવાર તો ન્હાવું જોઈએ અને તે સવારમાં જ ન્હાવું જોઈએ. સ્નાન કરવામાં નીચેના નિયમો ધ્યાનમાં રાખવાના છે:—

૧. માથા ઉપર ગરમ પાણી કદી પણ નાંખવું નહિ. કેમકે તેથી આંખને હાનિ પહોંચે છે.

૨. માંદા અને નબળા શરીર વાળા માણસોએ ઠાંડે પાણીએ ન્હાવું નહિ, તેમજ બુખ્યે પેટે ન્હાવું નહિ. દુધ, ચા, કે કાંઈક નાસ્તો કરીને પછી ન્હાવું તેમજ તડકો ચડ્યા પછી ન્હાવું.

૩. માથા ઉપર દંડા અથવા કોકરવરણા પાણીથી અને માથાથી નીચે ગરમ પાણીથી ન્હાવું. પિત્ત પ્રકૃતિવાળા જીવાન બળવાન માણસો દંડા પાણીથી ન્હાય તો હરકત નહિ, પણ સામાન્ય રીતે થોડું થોડું ગરમ પાણી સ્નાન-શુદ્ધિ માટે સાંને અનુકૂળ છે.

૪. બહુ પવનવાળી તેમજ જાહેર જગામાં ન્હાવું નહિ. ન્હાવાને માટે દમેશાં એકાંત જગાની જરૂર છે. એકાંત જગા વિના સંપૂર્ણ સ્નાન થઈ શકતું નથી, અને સંપૂર્ણ અંગોની બરાબર શુદ્ધિ થયા વિના સ્નાનનો ફેવુ પાર પડી શકતો નથી.

૫. શરીરને સામુવતી સારી રીતે યોગીને ન્હાવું, અને ન્હાયા પછી કોરા રૂમાલ કે વસ્ત્રવતી ઘસીને શરીરને ધોઈ કરવું. બીના કાળીયાથી કે બીના રૂમાલથી શરીર ધોઈ થઈ શકતું નથી અને એવી રીતે શરીર લુવાથી કશો ફાયદો થતો નથી. કેરા લુગડાવતી સારી રીતે ઘસીને લુગથી બીનાશ દુર થાય છે એટલું જ નહિ પણ તેથી મેઝ દુર થાય છે, લોહી સારી રીતે ફરી શકે છે, અને ચામડી ઉપર તેજ આવે છે તેથી દસરત પણ થાય છે.

૬. તાવ, ઝાડા, આંધરો, સળેખમ, હૃદય તથા વાયુ એટલા રોગમાં તેમજ જમ્યા પછી તરત ન્હાવું નહિ. એવી વૈદક શાસ્ત્રની ભલામણ છે.

ન્હાવાથી જરૂરગિન પ્રદીપ્ત થાય છે, આયુષ્ય તથા શક્તિ વધે છે, ઉંસાદ તથા બળ પ્રાપ્ત થાય છે, મેઝ, એળ, થાક, પસીના, આલસ, તરસ તથા બળવરા મટે છે. યોગીને ન્હાવાથી ચામડી ઉપરનાં છિદ્રોનાં મોં ખુલ્લાં થાય છે અને તેથી શરીરની અંદરના નિષ્પત્તોગી મેઝને પસીના

રૂપે બંદાર આવવાને બની શકે છે.

સ્નાન કર્યા પછી શરીર અને મન શુદ્ધ તથા પ્રવૃત્તિ થાય છે અને ઇન્દ્રિયો શાંત થાય છે, માટે તે વખતે ધૃરસદ મળ્યા પ્રમાણે ઇશ્વર અને પોતાના ઇષ્ટદેવનું ધ્યાન, નામસ્મરણ અને પૂજન કરવું. આ, દધ કે નાસ્તો વગેરે કરવો હોય તે પણ આ વખતે કરવો અને પછી પોતાના કામ ધર્મે વગગવું. ખાલી પેટે કામ કરવું નહિ. નિત્યના નિયમિત વખતે જમવું,

ભોજન.

ભોજનનો જુદા જુદા ભોક્તાનો જુદો જુદો રીતજ હોય છે એટલે એ સબધી અને લખવાની જરૂર નથી, તથાપિ કેટલીક સામાન્ય સુચનાઓ આ ઠેકાણે નદામી નહિ ગણાય.

ખાવામાં જેમ અને તેમ નિયમિત અને મિતાહારી રહેવું એ તનદુરસ્તી અને દીધાયુષ્યને માટે અગત્યના નિયમો છે. અધુરી ભુખમાં અથવા અજીર્ણમાં જમવું નહિ, તેમજ ભુખ લાગ્યા પછી તેને મારવી નહિ. આ બંને જાતની ખેદરકારી શરીરને બારે મ્હોટી હાનિ કરે છે ભુખ લાગ્યા છતાં નહિ ખાવાથી, લાકડાં વિના જેમ અગ્નિ લાકડાંને જાળીને પોતે ઓલવાતો જાય છે તેમ, શરીરનો અગ્નિ મંદ પડે છે. થોડી ભુખમાં પણ જમવું નહિ. ખરી ભુખ લાગે ત્યારેજ જમવાનો સમય થયો સમજવો.

શુદ્ધ અને સાદો આહાર કરવો. જમવાની જગા તથા વાસણે સ્વચ્છ અને મન પ્રસન્ન થાય એવાં હોવાં જોઈએ. જમતાં જમતાં મન પ્રસન્ન થાય એવીજ વાતો કરવી કે કરાવવી. મનને ખેદ મ્હની થાય એવી વાતો સાંભળવી નહિ અને એવી વસ્તુઓ નજર આગળ રાખવી નહિ. પ્રિય મિત્ર, આનંદ આપનારી સ્ત્રી કે પોતાને પ્રિય એવા કામ પણ સોમની કે સ્નેહી સંબંધીની સાથે જમવું અથવા તેને પાસે બેસાડીને જમવું આરોગ્ય અને આયુષ્યની મચ્છ કરનારાઓએ બહુ તીખા બહુ ખાટા, બહુ ખારા, અને બહુ શાક મશાકાવાળા પદાર્થો ખાવા નહિ. રૂચિ અને પ્રકૃતિને અનુસરી જુદા જુદા રસવાળુ પણ સાદું ભોજન કરવું. જમતાં જમતાં નીચેની સુચનાઓ પ્રમાણે વસ્ત્રાની ભક્ષામણુ છે:—

૧. મળી શકે અને બની શકે તેમજ પ્રથમ રીધાલુખ મેળવેલ આદુની કટકીએ ચાવી જતી.

૨. જમવાના આદિમાં રોટલી રોટલા વગેરે કડક પાંચ બરાબર

આવીને ખાવા. પછી દાળ ભાત જેવા નરમ પદાર્થો ખાવા અને છેલ્લે દુધ છાસ વગેરે પ્રવાહી પદાર્થો ખાવા.

૩. સ્વાદ વગરનું, આંખને ગમે નહિ એવું, અને વાસી અન્ન ખાવું નહિ.

૪. કિનું બળબળતું અન્ન બળનો નાશ કરે છે, માટે બહુ ગરમ નહિ; તેમ છેક ઠાંડું પડી ગયેલું ન હોય, એવું તાબુ તૈયાર થયેલું અન્ન ખાવું.

૫. મંદ અગ્નિવાળાને અડદ વગેરે પદાર્થો સ્વભાવથીજ ભારે પડે છે, મગ, મહુ, તુવેર, વગેરે વજન કરતાં વધારે ખાવાથી ભારે પડે છે, અને દળેલું અન્ન સંસ્કારથી ભારે પડે છે.

૬. જમ્યા પહેલાં પાણી પીવું નહિ, વચમાં બહુ થોડું પાણી પીવું.

શયન-ઉંઘ.

“દુધે વાળુ જે કરે, વહેલો ઉઠે વીર;

તન મનને શ્રમથી-કસે, સુખી રહે શરીર”

EARLY TO BED AND EARLY TO RISE
MAKES A MAN HEALTHY WEALTHY
AND WISE.

સારી ઉંઘ મેળવવાનો સરસ ઉપાય “શ્રમ” છે. જે લોકો દિવસે શ્રમ કરતા નથી અને આગસુ થઈ પડી રહે છે તેમને રાત્રે સારી ઉંઘ આવતી નથી. રાત્રે વધારે ખાવાથી સ્વપ્નાં આવે છે અને ખરી નિદ્રાનો નાશ થાય છે. તમારાં સ્વપ્નાં એમ બતાવે છે કે, તમારા મગજને બરાબર ચેન નથી. ઇશ્વરની આપેલી ઉંઘ સર્વેથી ઉત્તમ છે. દિવસે ઇશ્વરની ઈચ્છાને અનુસરી ઉંઘ કરો અને રાત્રે ઉંઘમાં તે તમારું રક્ષણ કરે એવું તેની પાસે માગો. ઉંઘ અને શયનના સંબંધમાં નીચેના નિયમો લક્ષમાં રાખવા જેવા છે.

૧ ઉત્તર અથવા પૂર્વ દિશા તરફ માથું રાખીને સુવું.

૨ સુવાની જગા સ્વચ્છ, સ્વસ્થ (એકાંત-ઘોંઘાટ કે ગરમડ વગરની) અને સારી હવાચાળી હોવી જોઈએ.

૩ સુતાનુ ખીંછાનું સ્વચ્છ હોવું જોઈએ, મક્કીન સ્થળ અને મક્કીન ખિંછાનામાં માકડ રાંચડ ઉપદ્રવ કરે છે અને ઉંઘને ખસેલ પહોંચાડે છે.

૪ હવાડી જગામાં કે અગાશે સુવું નહિ, શરીરપર સીંચો પવન ચા-
હ્યો આવે એવી અને પવનના ઝપાટા સામે સુવું નહિ, તેમ સુવાના ઓ-
રડાનાં બારી બારણાં બંધ કરીને સુવું નહિ કેમને તાજી હવાની જરૂર છે.

૫ ઘણા અભ્યાસથી, ઘણા વિચારથી, નિશો કરવાથી કે બીજાં
કારણથી મન ઉસ્ફેરાયું હોયતો તત્ત સુવું નહિ.

૬ સુવા પહેલાં માથાને ઠંડુ રાખવું; ગરમ હોયતો ઠંડા પાણીથી
ધોવું પગનાં તળાં તેલથી ઘસાવી ગરમ પાણીમાં ઓળવાં. હમેશ મગજ
ઠંડુ અને પમ ગરમ રાખવાની જરૂર છે.

૭ મોઢું સુવું નહિ, તેમ ઘાથું ખાધને તરત સુવું નહિ, રાતે જઘ-
દી સુવું અને સવારે વરેલું ઉઠવું.

૮ દુનિયાદારીની દિવસની ચિંતાઓ ચિત્તમાંથી કાઢી નાંખીને રાતે
સુઈ જવું.

૯ આરોગ્ય જાળવવા માટે જે જે મુખ્ય બાબતો પ્રત્યેક માણસે જાણવાની
અને તેને અનુસરીને વર્તવાની છે, તે બાબતો આ ઠેકાણે સંક્ષેપથી સંગ્રહ
કરેલો છે. લોકોની સામાન્ય સુખાકારી માટે જેમ પ્રથક પ્રથક માણસોએ
અન્નપાન સુવ્રડતા વગેરેના નિયમોમાં સંભાળ રાખવાની જરૂર છે, તેમ તે
માટે જે સરકારે નિમેલા શહેર સુધરાઈ ખાતાના અમલદારોએ પણ નિરંતર
એ વાત પર પાકી દેખરેખ રાખવાની જરૂર છે સરકાર તરફથી નિમાયેલાં
શહેર સુધરાઈ ખાતાં લોકોની તનદુસ્તી માટે બની શકે એવા ઉપાયો કામે
લગાડે છે, અને તેથી લોકોની સામાન્ય સુખાકારી કેટલેક અંશે જળવાય
છે. પરંતુ જે બાબતો માણસોના ખોતાના હસ્તકની છે અને અમલદાર
વર્ગને જેની સાથે સંબંધ હોતો નથી તેવી બાબતોમાં લોકોનું અજ્ઞાન અનેક
ઉપદ્રવો અને બ્યાધિનું કારણ થઈ પડે છે. માટે આરોગ્યતા એટલે શરીર
રક્ષણના નિયમોથી જાણીતા રહેવું એ નાના મોટાં બધા માણસોની ધણીજ
અગત્યની જરૂર છે. એક માણસની અજાનતાથી વખતે દગ્ગ ૧ લાંબા મા-
ણસોના જનને વખતે જોખમ પહોંચી જાય છે. પણ અજાન પ્રજાને
આહાર વિહારાદિ આરોગ્યતાના નિયમોથી જાણીતી કરાવી ફરજ વળી
સરકાર અને વિદ્વાન લોકોને માથે આવી પડે છે. વૈદ્ય વિદ્યાને ખીલવવા
ખંત રાખનારા ઝકટરો તથા લોકોની સુખાકારીની કાળજી રાખનારા વિદ્વા-
ન લોકોની અને સરકારની સૈથી પહેલી અગત્યની ફરજ એ છે કે દુનિ-
યામાં જે જે કારણોથી રોગોની કલ્પની થાય છે, તે તે કારણો શોધી અ-
હાર પાડવાં અને એવાં કારણો દૂરીથી કલ્પન થાય નહિ તેને માટે ચોગ્ય
ઉપાયો કામે લગાડવા જોઈએ, તથા પ્રજાને એવાં ૧ બોધથી જાણુતાં અને

જનમૃત કરવી જોઈએ. મ્યુનીસીપ પેટીઓ મોટા મોટા રસ્તાઓ, પોળો, શી-
રીઓ અને છેવટે મકીચુંચીઓમાં જઈ તપાસ કરી ગમે તેટલી સફાઈ રા-
ખે, પરંતુ જ્યાં સુધી લોકો પોતાનાં ઘર અને આંગણાંમાં એકઠી થતી ગં-
દકીયો નીપજેલા પરિણામથી અને ખાનપાનના ચોક્કસ નિયમોથી અજાન
હોય ત્યાં સુધી શહેર સુવ્રામ ખાતાનો હેતુ યથાર્થ પાર પડી શકેજ નહિ.
આવા અજાન વર્ગ મોટો છે. કેળવણી પામેલો કેટલોક વર્ગ પણ શરીર
રક્ષણના નિયમોથી બહુધા અજાણ છે. કદી આ બાબતમાં એવી દલીલ
કરવામાં આવે કે કેળવણીના પ્રસારની સાથે લોકોનું અજાન દૂર થવા માં-
ડ્યું છે, ને થશે તોતે દલીલ બરાબર નથી કેમકે હાલ જે કેળવણી અ-
પાય છે તેમાં શરીર રક્ષણ સંબંધી ખરૂં કદીએ તો કશું પણ શિક્ષણ આ-
પવામાં આવતું નથી. ગુજરાતી તેમજ અંગ્રેજી શાળાની એ.પી.ઓમાં હવા,
પાણી અજવાળુ વગેરેના નિયમો દાખલ કરવામાં આવ્યા છે, પણ શિક્ષણ
પદ્ધતિની ખ મીને લીધે એ બાબતો કુમળી વયના બાળકોના મનમાં યથાર્થ
હિતરી કે ટકી શકતી નથી વળી એ વિષયોનું જોડલા વિસ્તારમાં વિવેચન
કરી બાળકોને જ્ઞાન આપવું જોઈએ તેટલા વિસ્તારમાં કરવામાં આવ્યું
નથી. અંગ્રેજી પાંચમા ધોરણમાં થોડું થયાં સેનીટરી પ્રાયમર એટલે આરોગ્ય
વિદ્યા દાખલ કરવામાં આવી છે અને તે વરસને છેલ્લે દલાડે વર્ગમાં શરૂ
કરવામાં આવતી હોય એમ જણાય છે અને પરિક્ષકો અમુક જાતના સવાલ
પૂછે છે એ વાત પર શિક્ષકો લક્ષ આપીને શિક્ષકો તેમાંથી મુખ્ય મુખ્ય
બાબતોના ચોક્કસ સવાલો મોટે જોખાવી મારે છે, અને તેમ કરવામાં શિ-
ક્ષકોનો ખીંતકુત્ત દોશ કાઢી શકાય તેમ નથી કેમકે ખીજન મુખ્ય વિષય તૈ-
યાર કરવાનો પણ પૂરનો વખત નથી મળતો તો જે વિષયને જોખાવતા
આપી છે તે વિષય પર પૂનઃ ધ્યાન નહીં આપી શકાય એ સ્વાભાવિક
છે માટે સરકારની ફરજ એ છે કે આ વિષયને મદત આપવું જોઈએ,
અને આરોગ્ય વિદ્યાને ખીજ વિદ્યાના જેવીજ નહિ પણ વળી ખિડપ અઃ
મત્યની બળીને તેને એક મુખ્ય વિષય તરીકે ધોરણમાં દાખલ કરવી
જોઈએ. આયુર્ વૈદ્યકનું તત્વ ઉમેરી અભ્યાસીઓને એસડીઆ બનાવતાં
શીખવું એવો લખવાનો હેતુ નથી, પણ હવા, પાણી ખોરાક, વ્યાયામ
(કમરત) વગેરે બાબતોમાં સુખાદારીનો ભંગ થવા જેવી શા શી વાતો
જાણવા જેવી છે તે તથા આરોગ્યતા જાળવના ખાતર ઋતુઓના ફેર-
ફાંચા શરીરપર થતી અસર, તેને માટે રાખવી જોઈતી સાવચેતી તથા
હમેશાં ઘરમાં ખાનપાનની વપરાતી ચીજોના ગુણ હોય એટલી વાતો
ફરેક માંગુએ અવશ્ય જાણવા જેવી છે.

શરીરમાં ચાલતી ક્રિયાઓ.

Actions in The Body.

—(:)—

શરીરની અંદર નાના પ્રકારની ક્રિયાઓ દેવી રીતે ચાલ્યા કરે છે તે સંબંધી કાંઈક જ્ઞાન થવાની પણ અવશ્ય જરૂર છે. શરીરમાં જુદા જુદા રોગ શા કારણથી થાય છે, તે જાણવા માટે શરીરના અવયવોની સાથે તે દરેક અવયવ શું ક્રિયા કરે છે, તે જાણવાની પ્રથમ જરૂર છે. અગાઉ શરીરના મુખ્ય અવયવોનું વર્ણન કરતાં તે તે અવયવ શું ક્રિયા કરે છે તે કુંડામાં જણાવેલું છે. આ ઠેકાણે એ સર્વ અવયવો અને ઇન્દ્રિયોની ક્રિયાઓ વિષે કાંઈક વિસ્તારથી વિવેચન કરવાથી એ અંગત્યના વિષયપર હીક હીક અજવાળું પડશે, એવી ધારણા રાખવામાં આવી છે. શરીરની અંદર જોટલા ચૈતન્યવાળા ભાગો (LIVING ORGANS) છે, તેનુંજ અહિં વર્ણન કરવામાં આવશે.

શરીરમાં ચૈતન્યવાળી ક્રિયા થયા કરવી તેને “ જીવ ” અને ક્રિયાઓ બંધ પડવી તેને “ મૃત્યુ ” કહેવામાં આવે છે. શરીરમાં આવી ચૈતન્યવાળી ક્રિયા કરવાવાળાં મુખ્ય ત્રણ અંગ છે. મગજ, ફેફસાં અને રક્તાશય નિદાનો જીંદગીનો ત્રણ પાયાવાળી ઘોડી સાથે મુકાયેલો કરે છે તે બરાબર છે. ઉપર લખ્યાં ત્રણ જીવનના મુખ્ય મર્મસ્થાન શરીરરૂપી તીરપાઈના ત્રણ પગ છે. તીરપાઈના એક પગ ખાટકે છે કે ભાગી જાય છે તો તે તીરપાઈ ટકી શકતી નથી. તેવીજ રીતે મગજ, ફેફસાં, અને હૃદય એમાંનો કોઈ એક પણ અવયવ ખોટા પડે છે કે નાશ પામે છે તો શરીર પણ ખોટકા પડે છે એટલે ચૈતન્ય બંધ પડી મૃત્યુ થાય છે. આ ત્રણ મુખ્ય મર્મસ્થાન અને તેના જીવતા બનસુસા સિવાય કલેબરું, હેજરી, આંતરડાં, મૂત્રાશય, વગેરે ભાગોપર પણ શરીરના જીવનનો કેટલોક આધાર રહેલો છે.

મજ્જાતંતુઓ, જ્ઞાનતંતુઓ, ગતિતંતુઓ.

(NERVES-નર્વ્સ)

શરીરની અંદર ચાલતા વ્યાપા ના અને શરીર સાથે સંબંધ થતા પ્રહારના વ્યાપારના સંદેશા જાવનાર લઘ જનારને “ મજ્જાતંતુઓ ” કહે છે. “ મગજ ” અને “ કરોડ રજ્જી ” એ મજ્જાતંતુઓનાં મધ્ય-સ્થા-

ન (સેન્ટર) છે, એટલે એ સ્થાનોમાંથી એ તંતુઓ શરીરમાં ફેલાય છે.

આ તંતુઓ બારીક તાંતણીની બનેલી છે. તેમને વીજળીના તારની બરાબર ઉપમા આપી શકાય. દરેક તાંતણો કાચની સૂક્ષ્મ નળી જેવો હોય છે, અને અંદર તેલ જેવા સ્વચ્છ પદાર્થ હોય છે. આ અંદરના પદાર્થમાં તંતુઓનો ગુચ્છ રહેલો છે. વીજળીના તારમાં જેમ અંદર ધાતુ અને ઉપર મટાપરચાનો લેપ હોય છે, તેમ તાંતણાની અંદરનો પ્રવાહી પદાર્થ ધાતુનું કામ કરે છે અને ઉપરનું બારીક પડ મટાપરચાનો અર્થ સારે છે. આવા કેટલાક તાંતણાઓ મળીને બાંહેધ (બુડીઓ) થાય છે, તથા એવાં કેટલાંક બાંહેધો એકઠાં મળી એક તંતુ થાય છે. દરેક તંતુને બે છેડા હોય છે. એક છેડો મગજમાં અથવા કરોડરજ્જુમાં હોય છે અને બીજો છેડો જે ભાગમાં તંતુ જાય છે તે ભાગમાં હોય છે.

કોઈ બહારનો પદાર્થ આપણને લાગે છે, દૃષ્ટિએ પડે છે કે અવાજ કાને આવે છે, તેના સમાચાર તંતુ મગજને પહોંચાડે છે, એટલે તેનું જ્ઞાન થાય છે. એક વસ્તુ હાથમાં લેવાનું મન થાય અને તે લેવાને હાથને મગજ તરફથી પ્રેરણા થાય છે કે હાથ લાંબો થઈ તે વસ્તુ ઉપાડી લે છે મગજ અથવા મનનો બહારના પદાર્થો સાથેનો વ્યવહાર મગજ અને કરોડ-રજ્જુ વડે ચાલે છે.

“ જ્ઞાન ” તથા “ ગતિ ” તંતુઓ—તંતુઓ બે પ્રકારના છે. કેટલાક તંતુઓ બહારનો વ્યવહાર કોઈ પણ ઇન્દ્રિ ઉપર ચાલે તેની બાબત મગજને આપી મનને સાવધ કરે છે. આ જાતના તંતુઓ “ જ્ઞાન-તંતુ ” કહેવાય છે. આ જ્ઞાન-તંતુઓ “ મગજ તેમજ કરોડ-રજ્જુ ” બંને મગજ સ્થાનોમાંથી નીકળી શરીરમાં ફેલાય છે. બીજા પ્રકારના તંતુઓની જાત આ શરીરમાં સેગમેન્ટ થઈ પથરાયેલી છે, તેમ છતાં તેઓ, પોત પોતાનું કામ કર્યા કરે છે.

મગજના તંતુઓ—બોપરીમાં બેઠાના ચાર ભાગ છે, જેમાંના સૌથી ઉપલા અને મોટા મગજમાંથી કેટલીક તંતુઓ પાંચરો બોપરીના છિન્દ્રો વાટે નીકળે છે, જેમાં મુખ્ય પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિયો (જ્ઞાન, આંખ, નાક, શ્રવણ, ચામડી) ના તંતુઓ છે. આ તંતુઓનો ગુણ અથવા તેની ક્રિયા એક સરખી નથી. આંખમાં ગયેલી તંતુઓ બહારના પ્રકાશને મેલણ કરી મગજને પહોંચાડે છે જેથી આપણે દેખી શકીએ છીએ. નાકમાં જનારી તંતુઓ બહારના પદાર્થોની વાસને મેલણ કરી મગજને સંદેશો પહોંચાડે છે તેથી મગજને વાસનું જ્ઞાન થાય છે.

ચા.

Tea and Coffee.

ચા આજકાલ ઘેર નિત્ય વપરાશની વસ્તુ થઇ પડી છે, માટે તે સંબંધમાં પણ થોડું જાણવાની જરૂર છે. આપણા દેશમાં ચા ચીન દેશથી આવે છે. આપણા બજારમાં જે ચા વેચાય છે તેનો મોટો જથ્થો ઘણીજ ઉતરતી જાતની ચાનો હોય છે. કેટલાંક વરસ થયાં આપણા દેશમાં પણ નલગીરી વગેરે કેકાણે ચાનો પાક થવા માંડેલો છે, તથાપિ ચીનમાં જેવી ઉચી ચા પાકે છે એવી ચા આપણા દેશમાં પેદા થતી નથી. રતજના આક આનાથી સો રૂપીયાની અને તેથી પણ ઘણી વધારે ચંડી કિંમતની ચા ચીન દેશમાં તૈયાર થાય છે, પણ આપણા દેશમાં એવી ઢંચા નંબરની ચા બાગ્યેજ વેચાતી જોવામાં આવે છે.

ચા એક જાતના ઝાડનાં સુકાવેલાં પાંદડાં છે. સુકવ્યા પછી તે પાંદડાંને ગરમ કરવામાં આવે છે, ત્યારે તેનો સુગંધ અને સ્વાદ સારો થાય છે. ચા એક કેરી વસ્તુ છે, પણ તેમાં કેફની અસર ઘણા થોડા પ્રમાણમાં છે તેથી તે હમેશાં પીવાથી બીજી કેરી ચીજોના જેટલું નુકસાન કરતી નથી. ચામાં ગુણકારક પ્રમાણ સેંકડે માત્ર ૧ થી ૬ ભાગ સુધી હોય છે. તેમાં સેંકડે ૧૫ ભાગ પૌષ્ટિક તત્વ છે, અને કબજિયત કરનારું તત્વ ઘણા થોડા પ્રમાણમાં છે. કાળી અને લીલી ચા એકજ જાતના ઝાડની પેદાશ છે; માત્ર પાછળથી બનાવટથી તેના રંગમાં ફેરફાર કરવામાં આવે છે. ચાનાં તાબાં પાંદડાંને ગરમ કડાઇ ઉપર અથવા પાણીની વરાળથી સૂકવી ગરમ કીધાથી તે રંગે કાળી અથવા લીલી થાય છે, પણ લીલી ચાને રંગ આપવા સારૂ “ મોરથુથુ ” અથવા “ પ્રસ્થનબ્લુ ” નામની જેરી વસ્તુ ટોછ વેળા વાપરવામાં આવે છે, તેથી ઘણી માડી અસર થાય છે.

ચા ઘણા થોડા વજનમાં પીવાથી શરીરમાં સુસ્તી પેદા કરે છે, અને જરા ઉંઘ લાવે છે. વધારે વજનમાં લીધાથી અંગમાં ગરતી તથા ટુશીયા-રી આવે છે, અને ઉંઘ આવતી હોય તે પણ જતી રહે છે. ઉંઘનો અટકાવ કરવા સારૂ કેટલાક લોકો રાત્રે ચા પીએ છે, અને તેથી ઉંઘ રોકાય છે પણ બેચેની પેદા થાય છે. અભ્યાસ કરનારાઓ આ કારણથી વારંવાર રાત્રે ચા પીએ છે, પણ એવી રીતે ઉંઘમાં બંધોડ કરવાથી મગજને નુકશાન પહોંચે છે.

જે લોકો સારો કૌવતવાળો ખોરાક નિયમસર વખતે લેતા હોય તે લોકો આ માફક સર વાપરે તો કાંઈ નુકસાન નથી, પણ હલકો અને થોડો ખોરાક લેનારાઓએ એટલે ગરીબ માણસોએ આ ઘણા થોડી અને ઓછી જલદ હોય તે પીવી, કેમકે એવા હલકા ખોરાકવાળાઓને ઘણી અને જલદ આ ધીમે ધીમે ગેરફાયદો કરે છે ઘણી આ પીવાથી મગજને અને મગજના તંતુઓને થાક ચડે છે અને તે નબળાં પડી જાય છે. લોકોમાં એવી ફરિયાદ થતી સાંમળવામાં આવે છે કે આ લોહીને બાળી નાખે છે, એ વાતમાં કાંઈક સત્યતા હોય એમ અનુમાન થાય છે.

આ દુધની સાથે પીવી એ વધારે સલામતો બરેલો રસ્તો છે. દુધથી ચાની કેરી અસર ઓછી થાય છે અને પોષણ મળે છે. કેટલાક લોકો જમવાની સાથે ઘણી ચાઠાંસે છે તેથી પાચન શક્તિને ઘણી દરકત પહોંચે છે. જમ્યા પછી ત્રણ ચાર કલાક રહીને આ પીવી સારી છે, કેમકે આ પિત્તને વધારનાર હોવાથી ત્રણ ચાર કલાકે ખોરાકનો કાંઈ ભાગ પાચન થવો બાકી રહ્યો હોય તો તેને પચાવી નીચે ઉતારે છે.

આમાં થોડા ઘણા ગુણ છે, તે એ કે, તે હોજરીને જાગ્રત કરે છે તથા પાચન શક્તિને તથા રચિને ઉત્પન્ન કરે છે; ચામડી તથા મૂત્રાશય ઉપર ક્રિયા કરી પસીનો તથા પેસાળ ખુલાસેથી લાવે છે, અને તેથી લોહીના ઉપર પણ સારી અસર થતી હશે; નરમ પડેલા જુસ્સાને જાગૃત કરી થાકને ઉતારે છે. આ ચાના ફાયદા છે; પણ તેમાં કેફ છે તે તનદુસ્તીને હાનિ પહોંચાડે છે. જો આ વધારે વખત ઉકળે અને ચાનાં પાંદડાંનો વિશેષ કસ પાણીમાં ઉતરે તો તે આ વધારે નુકસાન કારક થાય છે. માટે ચાને તૈયાર કરવામાં પણ ઘણા સંભાળ રાખવાના જરૂર છે. પાણી ઉકળે એટલે આ નાખી ચાદાની ઢાંકી દેવી અને બે કે ત્રણ મિનિટ કરતાં વધારે વખત કીટલીને ચુલાપર નહિ રાખવી. જો વધારે વખત આ ઉકળે છે તો તેનો સ્વાદ બગડે છે અને ઉપર લખ્યા પ્રમાણે તેનો નુકસાન કારક ગુણ વધારે આવે છે. આમાં ખાંડ કે સાકર માફકસર નાખવી. વધારે નાખવાથી જલદ બગડે છે. આમાં લીંબુનો સ્વાદ લાવવા માટે એક કલઘવાળા વાસણમાં કે કાચના પ્યાલામાં લીંબુની ચારો મુકીને તેનાપર ચાદાનીની આ રેડવી અને પછી લીંબુવાળા વાસણમાં તે આ બે ત્રણ મીનીટ રહેવા દઈ જુદા વાસણમાં ગાળી લેવી.

આ કોઈ પ્રકારના પોષણની કે ફાયદાની વસ્તુ હોવા કરતાં વિશેષ શોષની વસ્તુ છે. અને ઘણાં ઘરોમાં શોષ અને વ્યસનની વસ્તુ તરીકે

તે વપરાય છે. આ પીવાનો સર્વત્ર પવન ચાલેલો છે. બધા લોકો આ પીએ છે માટે પીવી, એવી સમજથી આ પીવાથી ઘણું નુકસાન છે. હાલમાં આ મહસ્થાપ્ત અને મોટાઈની વસ્તુમાં ખપેલ છે, અને તેથી ઘણા ધરમાં તો દેખાદેખીથી મોટાઈ દેખાડવાને માટેજ આ ઉકાળવામાં આવતી હોય એમ જણાય છે. ખાલી પેટે સવારમાં ઉડીને જના પાણીના ઉકાળા પેટમાં નાખવાથી કશો પણ ફાયદો નથી. આપણા લોકોને પુરું પાષણ સારું પોષણ તો મળતું નથી, આમાં નાખવા સારું પુરું દુધ મળતું નથી. તેમને ચાના ઉકાળા ઘણુંજ નુકસાન કરે છે. અંગ્રેજ લોકો, પારસી લોકો, અને શ્રીમંત લોકો જેમને ઉંચા પ્રકારનો ભારે પોષણ કારક ખોરાક મળી શકે છે, જેમને આમાં નાખવા સારું પુષ્કળ દુધ મળી શકે છે, તેવા લોકો આ પીએ તે તો ફીક્ક છે; પણ હાલ તો ચાનો એવો પવન ફુંકાયો છે કે, જેમના ધરમાં છોકરાં ધી દૂધનાં વાર પરમે દર્શન કરે છે, તેમના ધરમાં પણ ચાના ઉકાળા તો નિત્ય તૈયાર થવા લાગેલા છે ઘણી ખેદની વાર્તા છે કે, જે વસ્તુ આપણને ફાયદા કરતાં નુકસાન ઘણું કરે છે, એવી એક કેદી વસ્તુના આપણે દેખાદેખીથી નિત્યના ઉપાસક બની બચા છીએ ! જે તમારી અને તમારા બાળકોની તનદુસ્તી સારી ગમવાને ચલાતા હો તો ચાના ઉકાળા બંધ કરી તેને ઠંડાણે શક્તિ પ્રમાણે દુધનું સેવન કરો; પણ આ પોધા વિના ચાલે એમજ નહોય અથવા એની ઉપાસના વિના ગૃહસ્થની પંક્તિમાંથી બાતલ થવાનો જેમને ભય હોય તેમને અમો અમારી શાળાની ગુલામી આ પીવાની ભલામણ કરીએ છીએ.

—————(૦)—————

કાશી.

—————(૦)—————

આ અને કાશી એ બન્ને જુદીજ ચીજ છે, અને તે બંને એક બીજી નથી ઘણુંજ દૂરના દેશોથી આપણા દેશમાં આવે છે. આ પૂર્વ તરફથી એટલે ચીનમાંથી આવે છે અને કાશી પશ્ચિમ તરફથી એટલે અરબસ્તાનમાંથી આવે છે. આ બંને વસ્તુનાં ગુણકારી તત્વો એક બીજીને મળતાં છે. સામાન્ય રીતે આ તથા કાશીનો ખવાસ લમબગ મળતો છે.

કાશી એ એક જાતનાં ઝાડનાં બીજોથી તૈયાર કરવામાં આવે છે આ બીજે ખુંદાણા કહેવામાં આવે છે આપણા દેશમાં કેટલાક લોકો ખુંદાણાને સેકીને સોપારીને ઠંડાણે જમ્યા પછી ચાવી મેં સાફ કરે છે. ખુંદમાં એક

ખાસ ગુણકારી ભાગ ત્રિપાલ બુંદર, કડવો ભાગ, અને કળજીવત કરનારો એક ખાટો ભાગ છે. બુંદને શેકવાથી તેમાં એક ખુશબોદાર અને મસાલાદાર ચીજ ઉત્પન્ન થાય છે. કાચા બુંદદાણા ઘણા દિવસ ખગડયા વિના રહી શકે છે પણ શેકેલા દાણા અથવા દળેલી કાષી ઘણા દિવસ રાખવાથી તેની અંદરની ખુશબો ઉડી જાય છે. આ કરતાં કાષી વધારે પૌષ્ટિક તથા શક્તિ આપનાર છે, પણ તે ભરે છે તેથી નળજા અને માંદા આદમીની પાચનશક્તિને માફક આવે નહિ. કાષીથી અગમાં ગરમી અને હુશિયારી આવે છે. ઠંડી ઋતુમાં તેમજ ઠંડા દેશમાં મુસાફરી કરતાં કાષી પીવામાં આવે તો ઠંડીમાંથી શરીરની ગરમી જળવાઈ રહે છે. વસન માત્ર નુકશાનકારક છે; પણ જો કોઈ પણ વ્યસનથી ફાયદો થતો હોય તો તે આ અને કાષી માફકસર તથા યુક્તિથી પીવાથી ફાયદો છે. કાષીના ભુકાની થેલી કરીને ઉકળતી કીટલીમાં નાખી પાંચ સાત મિનિટ રાખી ઉતારવાથી કાષી તૈયાર થાય છે. આ તથા કાષીમાં ઘણી સાકર નાંખવામાં આવે છે, તો નળજા કોઠાવાળાને અથવા જોને બદલજમી રહેતી હોય તેને તે જરૂર નુકશાન કરે છે. મઠે એવા નળજા કોઠાવાળાએ આ કાષી પીવી હોય તો ઘણીજ થોડી સાકર નાખેલી અથવા છેક મોળી આ પીવી વધારે ફાયદાકારક છે. કાષીમાં એથા ભાગનું દુધ નાંખીને પીવી. વળી આ બન્ને વસ્તુઓ બહુ ગરમ પીવાથી પણ ઘણું નુકશાન છે, તે એકે અતિ ગરમ પીવાથી પાચનશક્તિ ખરાબ થાય છે અને ધાતુના પર પણ એવા ઉના-ઉના ઉકાળા ઘણીજ માઠી અસર કરે છે. આપણા ગરમ દેશમાં કાષી ગરમી ઉત્પન્ન કરી ઉંધતો નાશ કરે છે ગાટે કાષી રાત્રે પીવી નહિ, સવારમાં પીવી. ઝેર ખાધેલ હોય છે તેને જલગત રાખવા સાડ વારંવાર કાષી પીવામાં આવે છે.

આ તથા કાષી પીવાના નિયમો.

૧. ઘણા જડા શરીરવાળાએ અથવા ઘણું ખાનારાએ આ કાષી પીવી સારી છે.

૨. દુબળાં અને નળજાં માણસે ચાલતાં સુધી આ કાષી પીવી નહિ, અથવા જલદ પીવી નહિ, અને તેમાં સારી રીતે દુધ મેળવીને પીવી.

૩ હલકો ખોરાક ખાનારા અને અપવાસ કરનારાઓએ આ કદી પણ પીવી નહિ અને કદિ પીવી તો ઘણીજ થોડી અને નરમ આ કાષી પીવી.

૪. સવારમાં પુરી વગેરે નારજાની સાથે આ કાષી પીવી સારી છે. જમણુ અથવા પૂર્ણ ભોજન ઉપર તરત આ કે કાષી પીવી નહિ. ત્રણ ચાર કલાક પછી પીવી.

૫. નળજા કોઠાવાળાએ ઘણી ગળપણ વાળી, ઘણી સખ્ત, અથવા ઘણી ગરમ પીવી નહિ પણ એમના ગળપણ વાળા અથવા છેક મોળી, નરમ (weak) દુધ મેળવીને અને જરા ઠારીને પીવી.

સામાન્ય પથ્યાપથ્ય આહાર વીહાર.

Diets in Common Use.

આહાર.

પથ્ય.

- જુના ચોખા, જવ, ઘઉં, મગ, તુવેર, ચણા, બાજરો=બાજરી
- ધી, દુધ, માખણ, છાસ, મધ, સાકર, ગોળ, ચાસણીની ખાંડ (પતામાં) સરસીવં તેલ, ગોમૂત્ર, આકાશનું પાણી, કુચાનું પાણી, હંસોદક પાણી.
- પરચળ, સુરણ, તાંબાજો, ટાંકો, મેથી, હણી, મુળા, મેઝરો, દુધી, ગલકાં રીંગણાં, તુરીઆં, કારેલાં, કંટોલાં, ભીંડા, કોબીજ, વસોળ (ચોડી ખાવી) કાચાં કેળાં (ગાકો).
- દ્રાક્ષ, દાડમ, આદુ, અ.બગાં, લીંબુ, બીજોર, કોક, લગદર, ધાણા ભાજી (કાથમીર) હીંગ, સુંક, મરી પીપર, ધાણા, જરૂં સીધાલુણ, મીઠું.
- હરડે, એલચી, કેસર, જાયફળ, તજ, વરીયળી, પાન, કાથવટી (કાથાની ગોળી) ધાણા.
- ઘઉંના સોટની રોટલી, પુરી, ભાત, મીઠો ભાત, ઘઉં ચણની પુરી, ચણાની ખુંદી, ખુંદીના લાડુ. જલેબા, ઓરમું, કંસાર, પુરણપોળી, દુધપાક, ખીર, શીખંડ, બાસુદી (ચોડી ખાવી) ખાખ, ઘેમર, મગની ખુંદીના લાડુ, સાટા, સેવ, કળી, ગાંઠાવા, ભજ્યાં, બદામપાક, ગુલાબપાક, ગુલકંદ, મુરખા, શરમત ચારોલી, પરતાં રાધતાં, પાપડ મગ મઠ તથા ચોખાની વડી.

કુપથ્ય.

- અડદ, વાલ, ચોળા, મઠ, વટાણા, જર, મકાઈ.
- દાકડી, ચીબડાં, ગુવાર, રાડાડીની ભાજી, કેળું.
- જમફળ, શીતાફળ, ફણસ, કરમંદાં, ગુલાં, ગરમર, અંજાર, જાંબુ, ખોર, આંબલી, તરબુચ.
- ભેંસનું દુધ, દહીં, તેલ, નવો ગોળ, કોળું તથા જાંબાં જાડના ઝૂડવાળું પાણી, સામડું એકદમ પીધેલું પાણી.
- જડ એટલે ટાકું અન્ન, ટાકો દુધપાક, ચોટીયા લાડુ, કેળાં લાડુ, રાયણના લાડુ, ત્રેવટી દાળ (ત્રણ દાળ મેળવીને કરેલી દાળ) જોળપાપડી, મેદાની પુરી, સાથવો, પેંડા, બરફી, પહુવા.
- જરો બધ કરે એવી કોઈ પણ ચીજ, બહું ઉનું, એટલે મોં બળે એનું ઉનું ઉનુ અન્નપાન, ઉલટી, બસ્તી (પીચકારી) હાલના ડાકટરો પીચકારીથી જરો લાવવાની રીત પસંદ કરે છે પણ પ્રાચીન વૈદો તેને નિત્યના ઉપયોગની વસ્તુ તરીકે વાપરવા ના પાડે છે.

વિહાર.

પૃથ્વ.

૧. વસ્ત્ર ધોયેલાં સ્વચ્છ પહેરવાં, અને શક્તિ હોય તેમણે અતર, ગુલાબજળ, લવંડર વગેરેથી સુવાસિત કરવાં.

૨. બિઝનું તથા પલંગ વગેરે સુવાનાં સાધનો પાણી એવાંજ સુધ.

૩. સુંદર અને સ્વચ્છ રાખવાં.

૪. પવન દક્ષિણ દિશાનો સર્વોત્તમ છે માટે તે દિશાનો પવનલેવો.

૫. હાથ, પગ, કાન અને ગુહા અવયવોમાં મેલ જામવા દેવો નહિ.

૬. ઉનાળામાં ઝીણું વસ્ત્રા પહેરવાં, અને શીતકાળમાં એટલે શીયાળામાં ગરમ કપડાં પહેરવાં પણ તે વજનમાં જેમ હલકા હોય તેમ સારાં.

૭. પાંચ પાંચ દિવસે અથવા જેમ અને તેમ ટુંકે અંતરે હજામત કરાવી એ સંબંધી દરિદ્ર કાઢી નાખવું.

૮. કસરત કરવી અને માફકસર હવા લેવી-ધોડા વગેરે વાહન પર સુખથી બેસાય એવાં સાધન હોય તો બેસવું. કષ્ટ પડે એવી રીતે ન બેસવું.

૯. ઘરેણું પહેરવાં તો હલકા વજનનાં પહેરવાં. રૂદ્રાક્ષ વગેરે માળા પણ ફાયદો કરે છે. માટે સાચી રૂદ્રાક્ષ ધારણ કરવી.

૧૦. મળ, મૂત્ર વગેરેની પ્રવૃત્તિ બહાતકારે ન કરવી તથા સ્ત્રી સેવનમાં બહુજન નિયમિત રહેવું.

૧૧. વૃત્તિને આનંદમાં રાખી હ-મેશાં સત્વગુણી થઈને રહેવું અને સત્વગુણી થવા માટે સત્વગુણ વાળા આહાર કરવો, વખત મળે તો બે ઘડી સારી સદ્ગુણી મંડળીમાં બેસી નિર્દોષ વાર્તા વિનોદ ગાયન સાંભળવાં.

કુપથ્થ.

પૃથ્થના કોણમાં બતાવેલા નિયમો વિરૂદ્ધ વર્તેન રાખવું અથવા જે વર્તેનથી આરોગ્ય આનંદ, અને આગમને હાનિ પહોંચે એવું વર્તેન રાખવું તેને કુપથ્થ વિહાર સમજવો.

કૃષ એટલે દુર્બળ માણસે ખાવા યોગ્ય ખોરાક.

FOOD FOR THE LEAN TO BECOME STOUT.

શરીરની તનદુરસ્તી અને મજબુતાઈની પરીક્ષા શરીરના જડાપણા કે પાતળાપણાથી થઈ શકતી નથી. ઘણાં માણસો દેખીતાં શરીરે દુર્બળાં અને પાતળાં એકવડીયાં લાગે છે, પણ શક્તિવાન હોય છે, અને બીજાં ઘણાં માણસો શરીરે પુષ્ટ અને જડાં હોય છે, તોજણ ત કદ વિનાનાં હોય છે. જડાઈએજ કાંઈ તનદુરસ્તીની નિશાની નથી, પણ અતિ કૃષતા અથવા પાતળાપણું અને અતિ સ્થુળતા અથવા જડાપણું એ ઘણું કરીને નબળાઈની નિશાનીઓ છે, અને શરીર ખેડોળ લાગે છે. ખોરાકના ફેરફારથી અને યોગ્ય ઉપાયથી દુર્બળાં અને પાતળાં માણસો પુષ્ટ થઈ શકે છે. અને અતિ સ્થુળ એટલે ચરબી અને મેદથી જડાં થઈ ગયેલાં માણસો પાતળાં થઈ શકે છે. કૃષ એટલે પાતળા માણસોએ પુષ્ટ થવા માટે વિશેષ કરીને નીચેના ખોરાક લેવો:—

દૂધ—શરીરને લોહીથી ભરાવવાનું મજબુત કરવા માટે સૌથી ઉત્તમ ખોરાક દૂધ છે. દૂધમાં થોડી સાકર મેળવીને થોડું થોડું દૂધ દિવસમાં ઘણીવાર પીવું, અને માફસર કસરત કરવી. કસરતમાં બની શકે તેણે દંડ મુંગદળનો ઉપયોગ કરવો, ને તે ન બને તો સવાર સાંજ ખુબ કરવું અથવા પરિશ્રમનું કામ કરવું જેથી શરીરને કસરત મળે અને દૂધનું પાચન થઈ જાય.

જવન—અમારું જવન નામનું ઉત્તમ ઔષધ, કે જે પુષ્ટિકારક ખોરાકનું કામ કરે છે અને દૂધને ક્રમે ક્રમે ૧૦ થી ૨૦ શેર સુધી પચાવી શકે છે, તે જવનની સાથે ફક્ત દૂધનું કેટલાક દિવસ સુધી સેવન કરવામાં આવે તો પુષ્ટતા અને શક્તિ બન્ને સારી રીતે પ્રાપ્ત થાય છે.

બઉં જવ, મકાઈ, ચટાણા, ચોખા, દાળ એ સર્વમાં પણ પુષ્ટિકારક

તત્વો રહેલાં છે, માટે દુર્બલ માણસોએ તે પણ ઉપયોગમાં લેવાં.

પટેટાં, કેળાં, કેરી, સફરજાંદ, પનીર એ સર્વ પદાર્થો પણ પુષ્ટતા કરવાવાળા છે, માટે તેનું સેવન કરવું.

આ સર્વ પુષ્ટિકારક ખોરાક દુર્બલને બળવાન કરે છે, પણ તેની સાથે એટલું પણ ધ્યાનમાં રાખવું કે તે ખોરાક પચાવવા માટે શરીરને પુરતો શ્રમ આપવો જોઈએ. જો આવો પુષ્ટિકારક ખોરાક ખાવામાં આવે પણ પુરતી કસરત શરીરને ન આપવામાં આવે તો શરીરમાં ચરબી વધી શરીર બહુ અને અશક્ત બને છે. પુષ્ટિકારક ખોરાક અને દશરતથી શરીર પુષ્ટ તથા મજબુત થયા પછી ખોરાક દેરવી નાખવા અને પછી તનદુરસ્તીને અનુકૂળ સર્વ પ્રકારનો ખોરાક લેવો.

મંદવાડ અને તેમાં પણ મુખ્ય કરીને પાચન શક્તિ મંદ પડી ગયાનો મંદવાડ આવતો હોય તો ત્યાં સુધી તે મંદવાડ મટે નહિ અને પાચનશક્તિ સારી થાય નહિ ત્યાં સુધી પુષ્ટતા કરવા માટે પૌષ્ટિક ખોરાકનો ઉપયોગ કરવો નહિ, કેમકે મંદગતિમાં એવો બળવાન ખોરાક પચી શકતો નથી.

—————(૦)—————

ડૉ. મોલેરી ખાત્રીથી જણાવે છે કે, ઘણાખરા લોકો દરદોથી નહિ પણ ઉપાયોથી મરણ પામે છે.

ડૉ. બેલી કહે છે કે, દવાએ ઉપર મને કાંઈ પણ ભરસો નથી.

ડૉ. ઈવેન્સ કહે છે કે, દવાએ શાસ્ત્ર નથી, પણ અનુમાન છે.

ડૉ. મેકલીન્ટોચ યજ્ઞાદ્યોએ જેટલો વિનાશ કરેલો છે તેના કરતાં ખાસએ (મર્ક્યુરી) વધારે વિનાશ કરેલો છે.

—————(૦)—————

ચોથા પુસ્તકના વિષયો.

વિષય.	પૃષ્ઠ.
ખુલાસો.	૧
ચરદ તથા હેમત.	૩
બનસ્પતિ વર્ણન.	૯, ૨૪, ૪૧, ૫૮, ૧૧૭, ૧૪૫
સ્ત્રીરોગ ચિકિત્સા.	૧૧, ૪૫, ૫૪
ચાલુ ચર્ચા.	૧૫, ૩૧, ૬૩, ૧૦૨
સુશ્રુત સંહિતા	૧૦૫, ૧૧૩
શરદનો તાવ.	૧૭
સ્વાભાવિક વેગો	૨૨
શારીરિક શિક્ષા.	૨૭
મગ્ની.	૨૯
કુ ઔષધોપચાર નકામા છે ?	૩૩
સદ્વિના અત વિષે.	૩૮
ઉન્માદ.	૪૭
બાળસગ્ન.	૧, ૯, ૧૭, ૨૫
શીષ્મ	૪૯
ધરતી હવાથી થતાં મરણો.	૫૨
શરીર રચના તથા ક્રિયાઓ.	૬૧, ૯૧, ૧૦૫, ૧૪૭
વૈદ્યસાગર ઝંકુબદ્ધનો સ્વર્ગવાસ.	૬૫
" " " હું હુંક ચરિત્ર.	૬૭
વંશાંશુ.	૮૯
અન્ન-માવા.	૯૨
ચોવીશ તત્ત્વો.	૯૨
વૈદ્યક અભિપ્રાય અને અનુભવ.	૯૪, ૧૧૪
ભાંખી જીદગીનાં મનુષ્યો.	૧૦૧
જિજ્ઞાસુને જવાબ.	૧૦૯
રસાયણવેદ.	૧૩૭, ૧૫૪
રસેશ પોતેજ વૈદ્ય છે.	૧૩૭
સહેજા ઉપયોગનો સંગ્રહ.	૧૪૨, ૧૬૧, ૧૮૨
અકસ્માતો.	૧૩૩, ૧૪૯
સારી સંતતિ શી રીતે કિપાન્ન કરવી?	૧, ૯, ૧૭, ૨૫

જંદુ પિરક.	૧૫૩, ૧૬૯, ૧૮૫
શરદઋતુ.	૧૨૨
પરમપૂજ્ય મહુમદજીને પુષ્પાંગલિ.	૧૨૧
મહાનિદાન.	૧૫૬
શરીરના ધાતુઓ.	૧૬૩
ધાતુઓનો ક્રમ.	૧૬૫
પીચ.	૧૦૦
વાત પિત્ત કફ.	૧૭૫, ૧૭૮
દિનચર્ચ.	૧૭૯
શિશિઋતુ.	૧૮૭
શિશિઋતુમાં સેવવાલાયક ઔષધો.	૧૯૦
દિનચર્ચા.	૧૯૩
શરીરમાં ચાલતી ક્રિયાઓ	૧૯૯
ચા.	૨૦૧
કાષી	૨૦૩
ચા તથા કાષી પીવાના નિયમો.	૨૦૪
સ્વ. માન્ય પથ્યા પદ્યા આહાર વીહાર	૨૦૫

મુંબઈ વરલી દાદરની બાટલીવાળાની કુંઠાં અને મુંબઈના
ગરીબ લોકો વચે લખત કરવામાં આવે છે કે કોઈ પણ ગરીબ માણસને
કોલેરાની દવા 'બાટલીવાળાની કુંઠાં કોલેરોલ' ના મહાના સુધી.
મફત આપવામાં આવશે અને તે માટે મજદૂર કુંઠાંએ આ ધન્યપર
શહી કરી છે. ૧-૭-૯૮

(સાક્ષી)

બાટલીવાળાની કુંઠાં

હા. લી બાટલીવાળા.

પુણ્ણ સરદીશીકેટોમાંથી એકજ વાંચો.

J. Chavis Esq. Superintendent Water Works
Bombay Municipality:—Lives of my workmen who
were attacked by cholera have been saved by Batli-
wala & Co.'s 'cholera' Its effect was Marvellous.
There was not a Single Case of failure.

છેક દુર મદરાશથી એક અવાજ !!!

સી. ચિન અરકવાયર મીદાના અગરના માણ આફીસર અને હાલ
રાજ્ય વનગોષાળા દહાદુરના સેક્રેટરી લખેછે કે મને તારનો આવનો
હતો અને બે રાકટરોથી વળ્યું નહીં પણ બાટલીવાળા એગ્યુમીક્ષયર
સંવાદો ગયો છે અને પાછો આવો નથી.

બાટલીવાળા એગ્યુ પિલ્સ અથવા મીક્ષયર અને બાટલીવાળા
કુંઠાં ધરેક ડેકાણે વેચાય છે. કી. રૂ. ૧) ના મળવા અડચણ પડે તો ડા.
બાટલીવાળાને વલ્લ્ય દાદરે મુંબઈ લખેવું.

